TUNTURI®

CARDIO FIT M40 MINIBIKE MAGNETIC

CZ Uživatelská příručka
SK Používateľská príručka
GB User manual
DE Benutzerhandbuch
FR Manuel de l'utilisateur



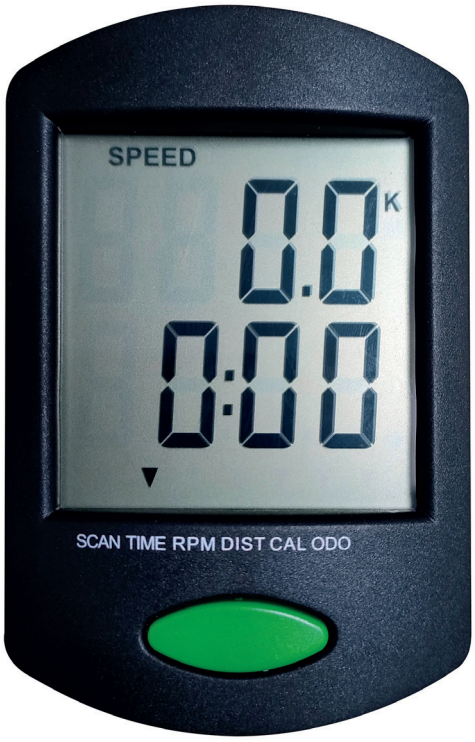


Pozor, Attention, Achtung, Attention, Attentie, Attenzione

- Před sestavením tohoto produktu si prosím přečtěte tuto uživatelskou příručku.
- Pred zostavením tohto produktu si prečítajte tento návod na obsluhu.
- Please read this Owner's manual before assembling this product.
- Bitte lesen Sie dieses Handbuch durch, bevor Sie mit er Montage dieses Produkts beginnen.
- Veuillez lire ce manuel avant de commencer le montage de ce produit.
- Leest u deze handleiding voordat u dit apparaat installeert.

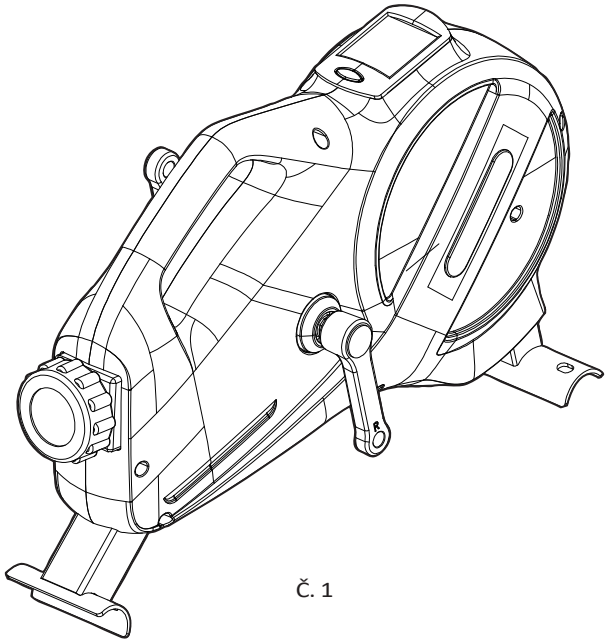


A

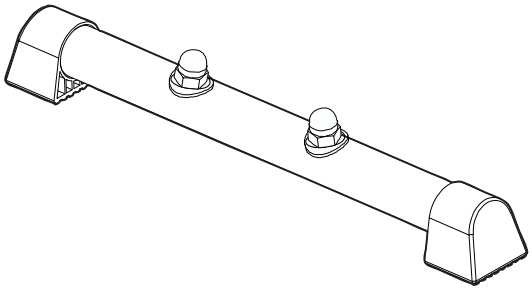




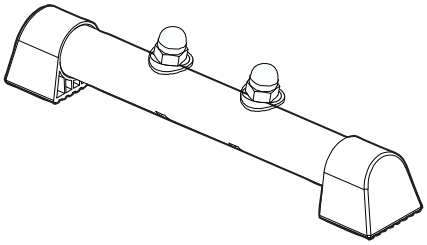
B



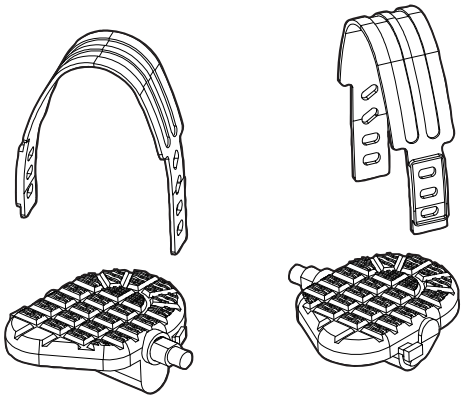
Č. 1



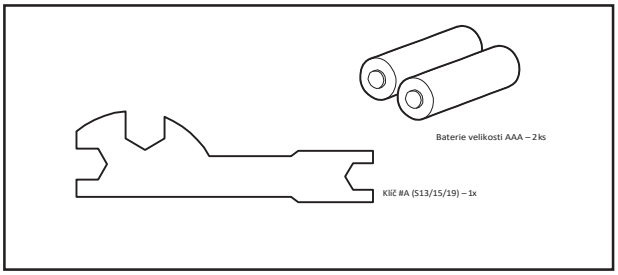
Č. 2

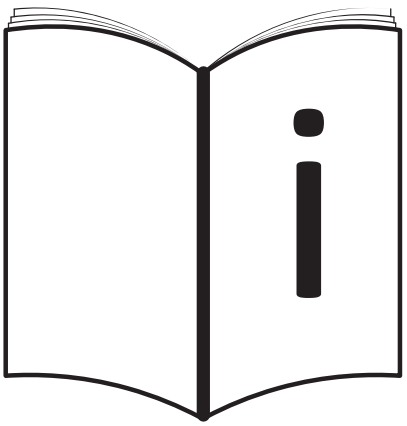


Č. 3

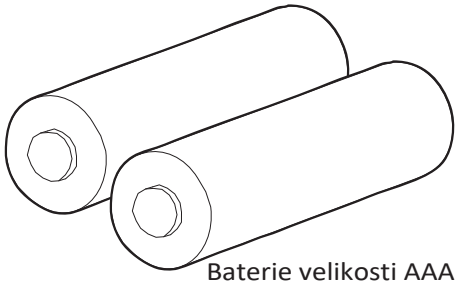


Č. 4 (L/R)

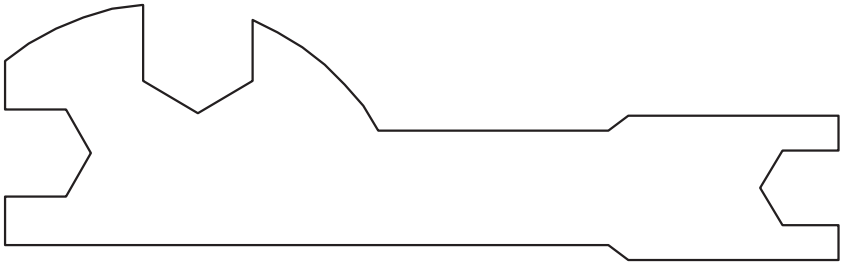




C

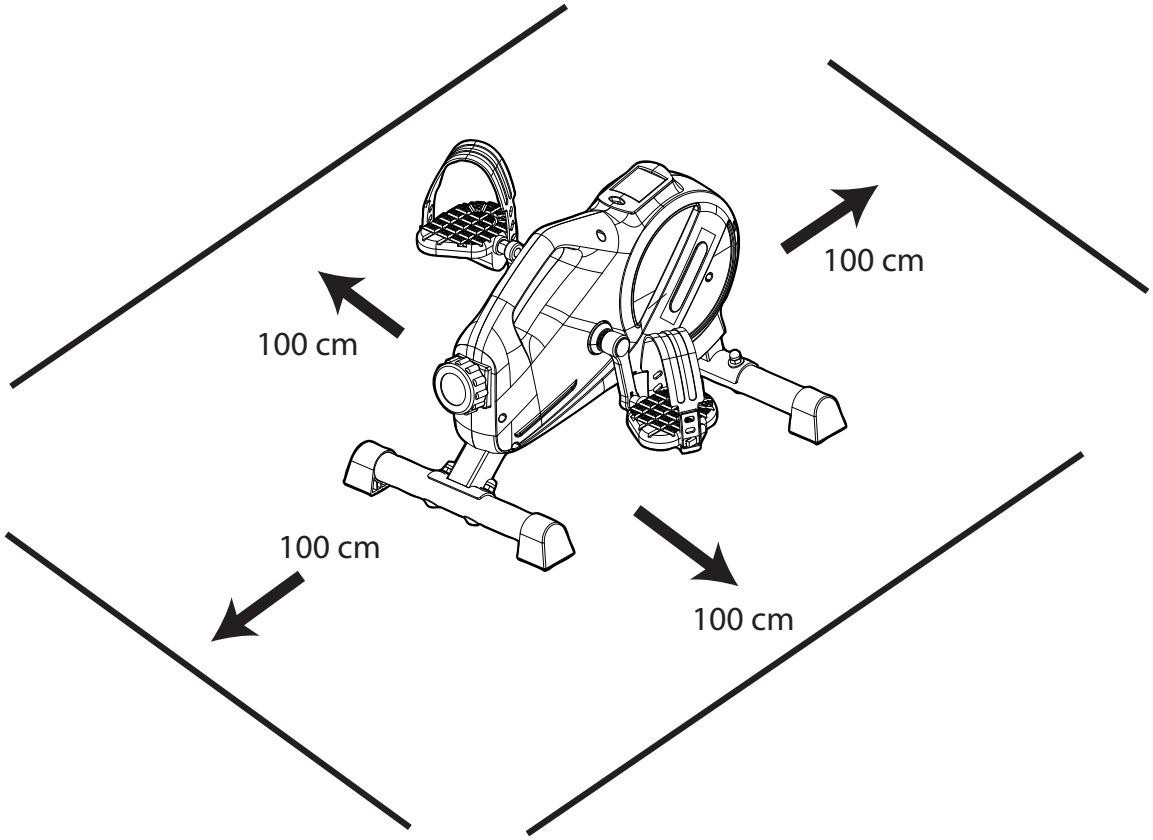


Baterie velikosti AAA – 2 ks



Klíč #A (S13/15/19) – 1x

D-00

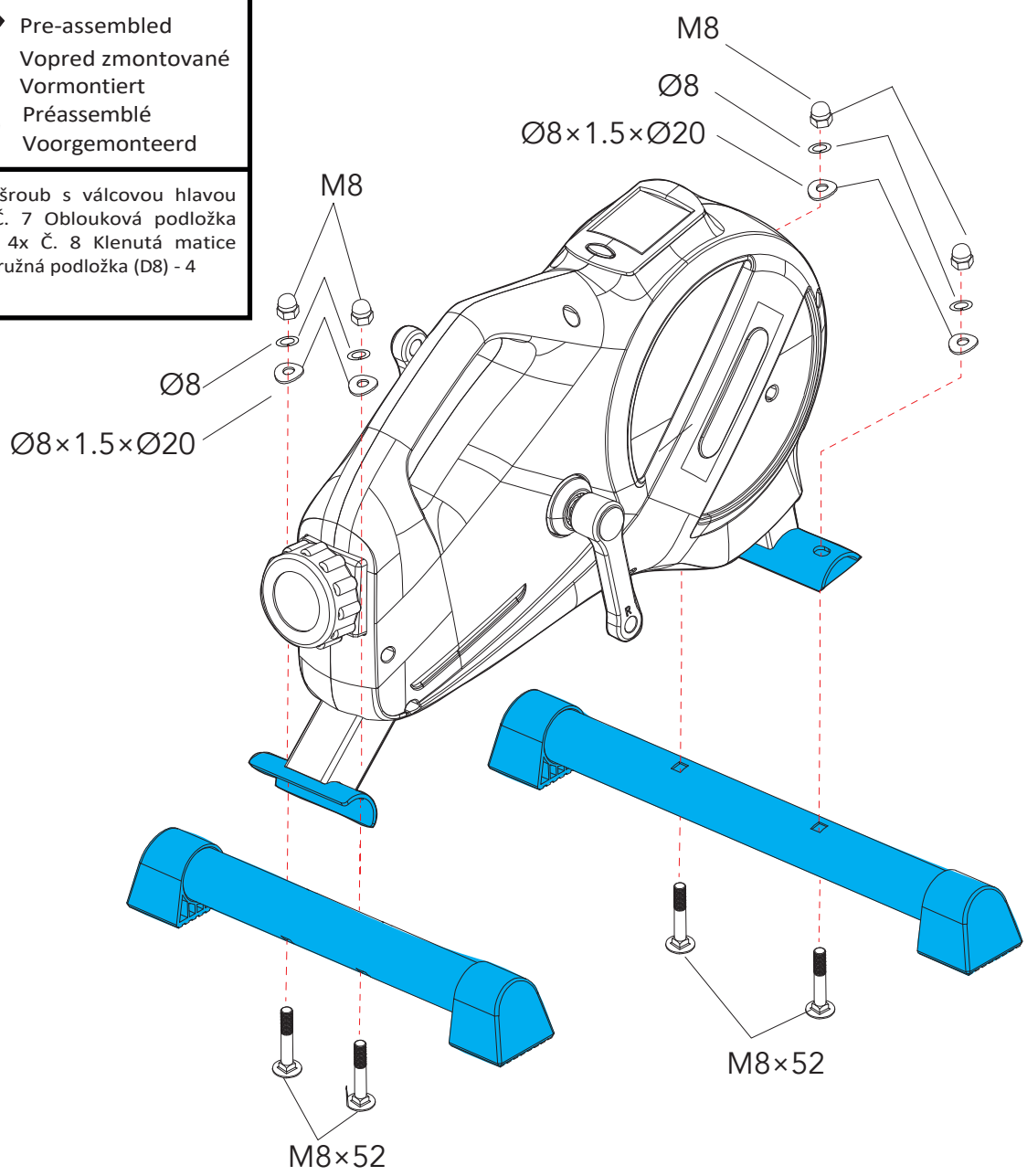


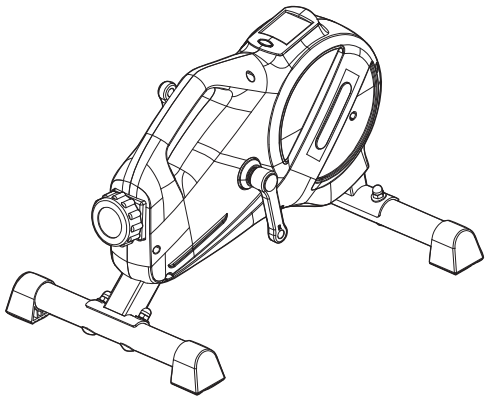
D-01

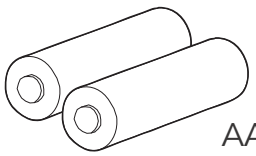
Předem smontováno

Pre-assembled
Vopred zmontované
Vormontiert
Préassemblé
Voorgemonteerd

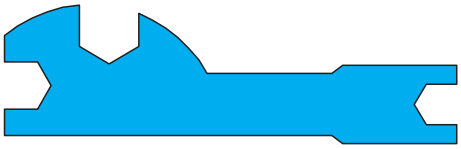
Č. 6 Čtvercový šroub s válcovou hlavou (M8×52) – 4x Č. 7 Oblouková podložka (D8×1,5×ϕ20) – 4x Č. 8 Klenutá matice (M8) - 4x, Č. 48 Pružná podložka (D8) - 4







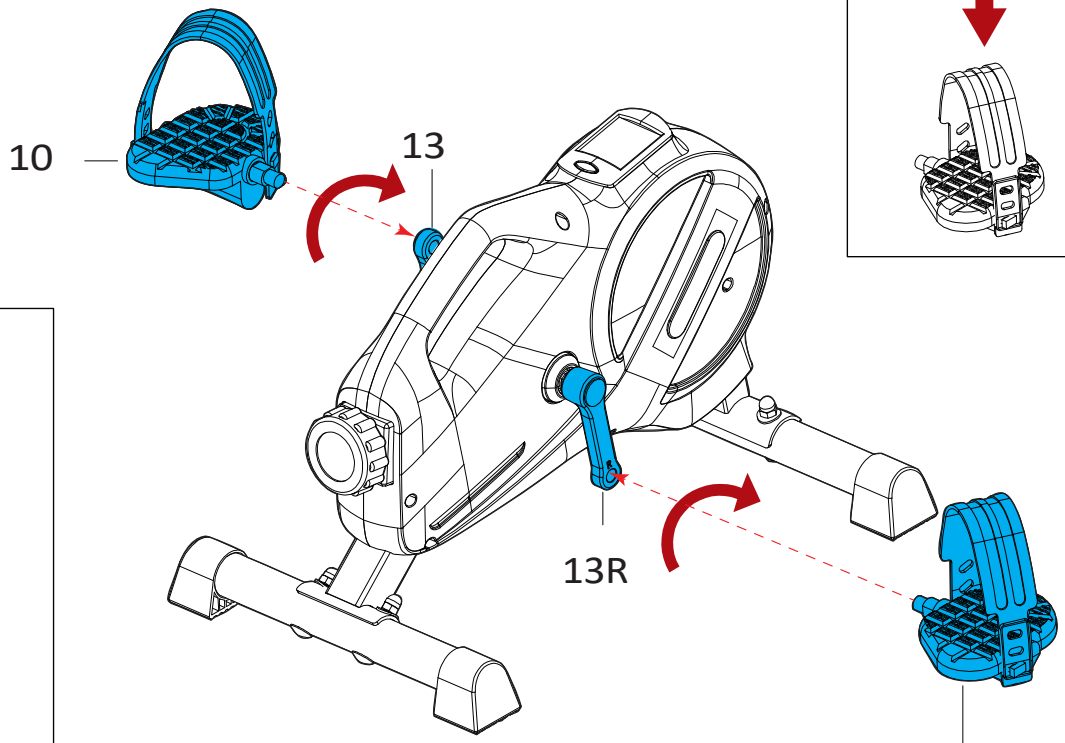
AAA velikost Baterie - 2x

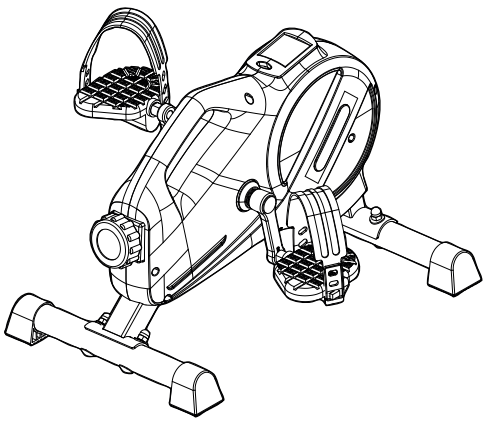


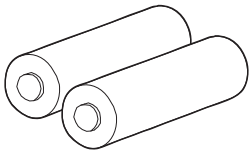
#Klíč (S13/15/19) - 1x

D-02

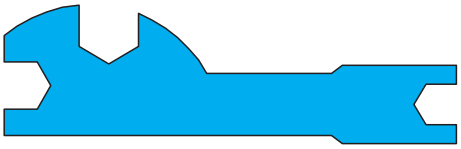
Naskenujte a podívejte se na návod na YouTube





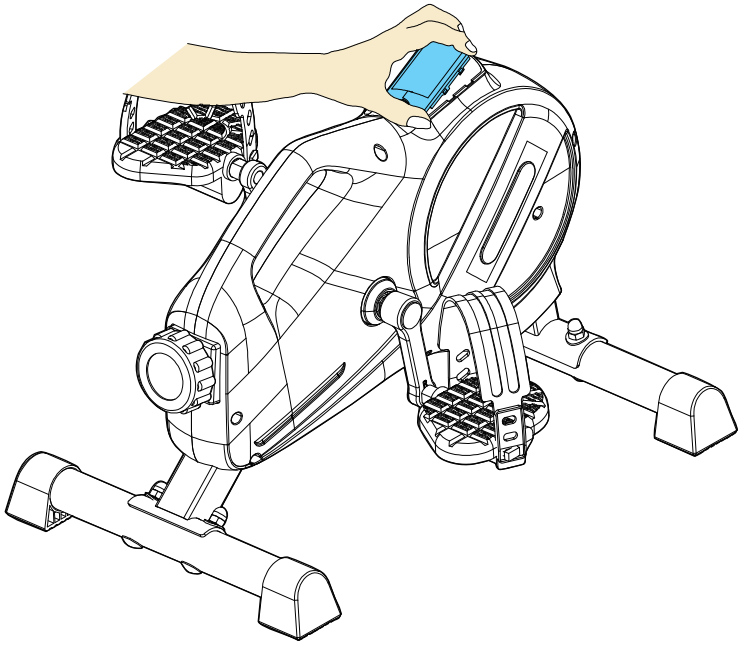


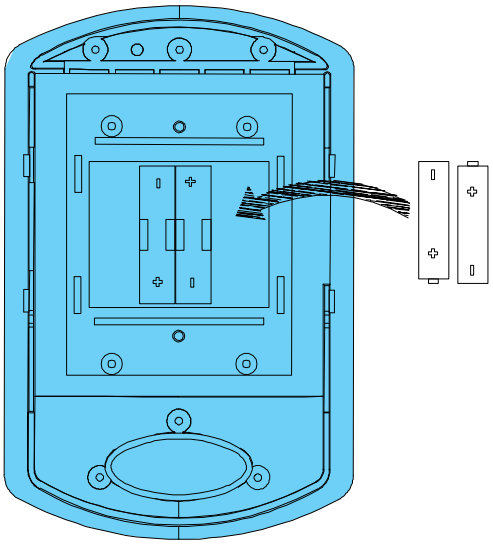
Baterie velikosti AAA – 2 ks

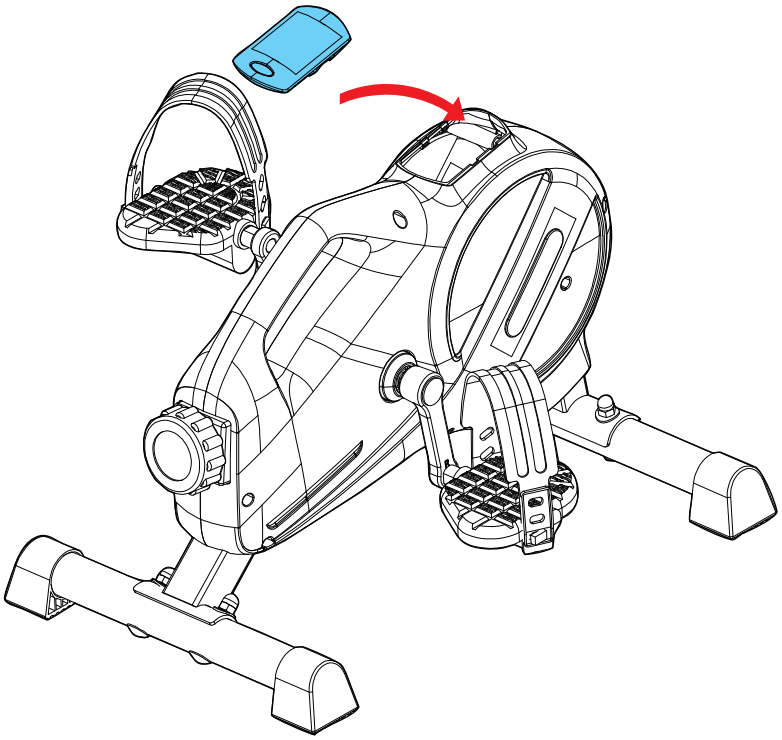


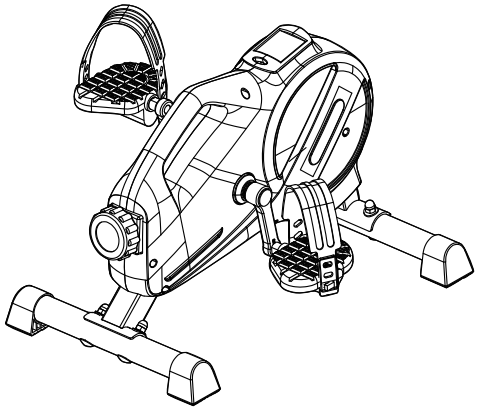
Klíč #A (S13/15/19) – 1x

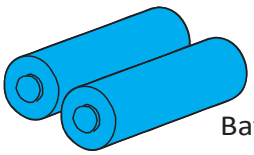
D-03



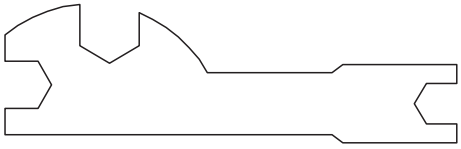






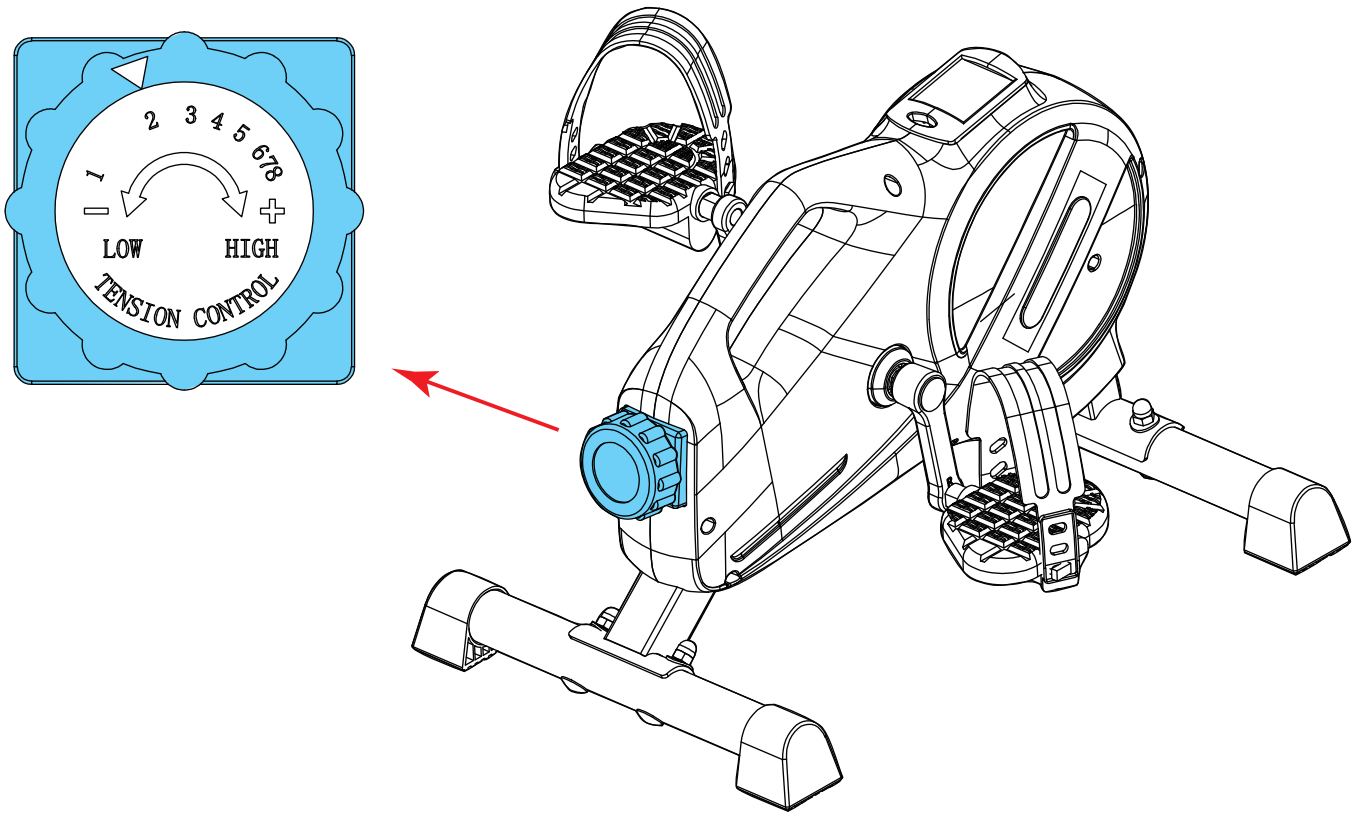


Baterie velikosti AAA – 2 ks



#A Klíč (S13/15/19) - 1x

D-04



D-05



Čeština

Obsah

Vítejte **10**

Bezpečnostní varování **10**

Montážní pokyny **10**
Popis ilustrace A 10
Popis ilustrace B 10
Popis ilustrace C 11
Popis ilustrace D 11
Další informace o montáži 11
Další informace o životním prostředí 11

Konzole (obr. F) **11**
Vysvětlení Funkce displeje 11
Vysvětlení tlačítek 12
Ovládání 12

Programy **13**
Uživatelské nastavení 13
Ruční režim 13
Programový profil 1~12 13
Kontrola srdeční frekvence 13
Regulace výkonu (W) 14
Uživatelský program (U) 14
Obnova 14
Tělesný tuk 14
Bluetooth a aplikace 15

Použití **15**
Pokyny pro nastavení odporu 15
Pokyny pro výměnu baterie 15
Použití přidaného popruhu 15

Čištění a údržba **15**
Vady a poruchy 15
Přeprava a skladování 15

Záruka **15**

Technické údaje **16**

Prohlášení výrobce **16**

Prohlášení o vyloučení odpovědnosti **16**

Vítejte

Vítejte ve světě Tunturi!
Děkujeme vám za zakoupení tohoto zařízení Tunturi. Tunturi nabízí širokou škálu domácích fitness zařízení, včetně eliptických trenažérů, běžeckých pásů, rotopedů a veslařských trenažérů. Zařízení Tunturi je vhodné pro celou rodinu, bez ohledu na úroveň fyzické kondice. Další informace naleznete na našich webových stránkách www.tunturi.com

Důležité bezpečnostní pokyny
Tento návod k použití je nezbytnou součástí vašeho tréninkového vybavení: před použitím tohoto zařízení si přečtěte všechny pokyny v tomto návodu. Vždy dodržujte následující bezpečnostní opatření:

Bezpečnostní varování

⚠ VAROVÁNÍ

- Přečtěte si bezpečnostní varování a pokyny. Nedodržení bezpečnostních varování a pokynů může dojít k úrazu nebo poškození zařízení. Bezpečnostní varování a pokyny si uschovejte pro budoucí použití.

- Zařízení je určeno pouze pro domácí použití. Zařízení není vhodné pro komerční použití.
- Maximální doba používání je omezena na 2 hodiny denně.
- Tento spotřebič mohou používat děti od 8 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi nebo s nedostatečnými zkušenostmi a znalostmi, pokud jsou pod dohledem nebo byly poučeny o bezpečném používání spotřebiče a rozumí souvisejícím rizikům.
- Děti by měly být pod dohledem, aby se zajistilo, že si s přístrojem nebudou hrát.
- Před zahájením tréninku se poraďte s lékařem, aby zkontroloval váš zdravotní stav.
- Pokud se u vás objeví nevolnost, závratě nebo jiné neobvyklé příznaky, okamžitě přerušte cvičení a poraďte se s lékařem.
- Abyste předešli bolestem a namožení svalů, začněte každý trénink rozcvičkou a zakončete ho zklidněním. Nezapomeňte se na konci tréninku protáhnout.
- Zařízení je vhodné pouze pro použití v interiéru. Zařízení není vhodné pro použití venku.
- Zařízení používejte pouze v prostředí s dostatečným větráním. Nepoužívejte zařízení v prostředí s průvanem, abyste se nenachladili.
- Zařízení používejte pouze v prostředí s okolní teplotou mezi 10 °C a 35 °C / 59 °F a 95 °F.
  Zařízení skladujte pouze v prostředí s okolní teplotou mezi 5 °C a 45 °C / 41 °F a 113 °F.
- Přístroj nepoužívejte ani neskladujte ve vlhkém prostředí. Vlhkost vzduchu nesmí nikdy překročit 80 %.
- Zařízení používejte pouze k určenému účelu. Nepoužívejte zařízení k jiným účelům, než jsou popsány v návodu.
- Zařízení nepoužívejte, pokud je některá jeho část poškozená nebo vadná. Pokud je některá část poškozená nebo vadná, kontaktujte svého prodejce.
- Držte ruce, nohy a jiné části těla mimo dosah pohyblivých částí.
- Chraňte si vlasy před pohyblivými částmi.
- Noste vhodné oblečení a obuv.
- Udržujte oděv, šperky a jiné předměty mimo dosah pohyblivých částí.
- Zajistěte, aby zařízení používala vždy pouze jedna osoba. Zařízení nesmí používat osoby s hmotností vyšší než 120 kg (264 liber).
- Neotevírejte zařízení bez konzultace s prodejcem.

Montážní pokyny

Popis ilustrace A

Ilustrace ukazuje, jak bude zařízení vypadat po dokončení montáže. Můžete jej použít jako referenci během montáže, ale vždy postupujte podle montážních pokynů v správném pořadí, jak je znázorněno na obrázcích.

Popis obrázek B

Ilustrace ukazuje, jaké komponenty a díly byste měli najít po vybalení produktu.

!! POZNÁMKA
- Malé části mohou být skryty/zabaleny v dutých prostorech používaných jako
  ochranné materiály produktu.
- Pokud některá součást chybí, obraťte se na svého prodejce.

Popis ilustrace C

Ilustrace znázorňuje sadu hardwaru dodávanou s vaším produktem. Sada hardwaru obsahuje šrouby, podložky, matice atd. a nástroje potřebné k správné montáži zařízení.

Popis ilustrace D

Ilustrace ukazuje správný postup montáže trenažéru v následujícím pořadí.

⚠ VAROVÁNÍ
- Sestavte zařízení v daném pořadí.
- Při přenášení a přemísťování zařízení postupujte nejméně ve dvou osobách.

⚠ UPOZORNĚNÍ
- Zařízení umístěte na pevný, rovný povrch.
- Umístěte zařízení na ochrannou podložku, aby nedošlo k poškození povrchu podlahy.
- V okolí zařízení ponechte volný prostor nejméně 100 cm.
- Správnou montáž zařízení najdete na obrázcích.

!! POZNÁMKA
- Po dokončení montáže produktu uschovejte nástroje dodané s tímto produktem montáž produktu, pro případ budoucího servisu.

Další informace o montáži D2

Jak správně namontovat pedály

!! POZNÁMKA
- Pravá a levá strana se určují z pohledu cvičícího
  .

Pravý pedál

Najděte značku „R“ nebo „L“ na ose pedálu.
- Nasuňte pravý pedál „R“ na pravou kliku.
- Nejprve otočte osu pedálu rukou ve směru hodinových ručiček.
- Pomocí klíče pedál zcela utáhněte.

Levý pedál
- Nasuňte levý pedál „L“ do levé kliky.
- Nejprve ručně otočte osu pedálu proti směru hodinových ručiček.
- Pomocí klíče pedál zcela utáhněte.

Klikněte zde a podívejte se na naše podpůrné video na YouTube
https://youtu.be/Devel2ZhCAc

!! POZNÁMKA
- Po dokončení montáže produktu si uschovejte nástroje dodané s tímto produktem
  montáž produktu uložte pro případ budoucího servisu.

Další informace o životním prostředí

Likvidace obalu

Vládní směrnice vyžadují, abychom snížili množství odpadu ukládaného na skládkách. Proto vás žádáme, abyste veškerý odpad z obalů zodpovědně likvidovali ve veřejných recyklačních centrech.

Likvidace na konci životnosti

My v Tunturi doufáme, že vám vaše fitness zařízení bude sloužit mnoho let. Přijde však čas, kdy vaše fitness zařízen dosáhne konce své životnosti. Podle evropské legislativy WEEE jste odpovědní za řádnou likvidaci v uznaném veřejném sběrném místě.

Konzole (obr. F)



1. Displej
2. Držák na tablet/knihu
3. Tlačítka

⚠ UPOZORNĚNÍ
- Chraňte konzoli před přímým slunečním zářením.
- Pokud je povrch konzole pokrytý kapkami potu, osušte jej.
- Neopírejte se o konzoli.
- Na displej se dotýkejte pouze špičkou prstu. Dbejte na to, aby se displeje nedotýkaly vaše nehty ani ostré předměty.

!! POZNÁMKA
- Konzole přejde do pohotovostního režimu, pokud zařízení 4 minuty nepoužívá.

Vysvětlení Funkce displeje

Time
- Bez nastavení cílové hodnoty se čas odpočítává.
- Při nastavení cílové hodnoty se čas odpočítává od cílové hodnoty do 0 a zazní nebo zabliká alarm.
- Rozsah zobrazení: 0:00~99:59

Speed
- Zobrazuje aktuální rychlost tréninku.
  Rozsah zobrazení: 0,0 ~ 99,9
- Pokud během tréninku nebude do monitoru po dobu 4 sekund přenášen žádný signál, SPEED zobrazí „0,0“.

RPM
- Zobrazuje počet otáček za minutu.
  Rozsah zobrazení: 0~15~999
- Pokud během tréninku nebude do monitoru po dobu 4 sekund přenášen žádný signál, RPM zobrazí „0“.

Watt
- Zobrazuje aktuální výkon v wattech.
- Rozsah zobrazení: 0 ~ 999

- ▲ Symbol se zobrazí v okně Watt, pokud je nastavený cíl v wattech nižší než aktuální výkon v wattech.
  Šlapete příliš rychle nebo je nastavený cíl příliš nízký.

- ▼ Symbol se zobrazí v okně Watt, když je nastavený cíl vyšší než aktuální výkon v wattech.
  Šlapete příliš pomalu nebo je nastavený cíl příliš vysoký.

Level

- Při nastavování odporu se po dobu 3 sekund zobrazuje nastavení úrovně napětí.

Distance

- Bez nastavení cílové hodnoty se vzdálenost počítá nahoru.
- Při nastavení cílové hodnoty se vzdálenost bude odpočítávat od vaší cílové vzdálenosti do 0 s alarmovým zvukem nebo blikáním.
- Rozsah zobrazení: 0,00~99,99

Calories

- Bez nastavení cílové hodnoty se kalorie budou sčítat.
- Při nastavení cílové hodnoty se kalorie budou odpočítávat od vaší cílové hodnoty kalorií až na 0 a budou doprovázeny zvukovým alarmem nebo blikáním.
- Rozsah zobrazení: 0~999.

!! POZNÁMKA

- Tyto údaje slouží jako orientační vodítko pro porovnání různých cvičení, které nelze použít v lékařské léčbě

Pulse

- Aktuální puls se zobrazí po 6 sekundách od jeho detekce konzolí.
- Pokud po dobu 6 sekund není zaznamenán žádný pulzní signál, konzole zobrazí „P“.
- Pulzní alarm se spustí, když aktuální pulz překročí cílový pulz.
- Rozsah zobrazení: 0–30~230 tepů za minutu

BAI ™

- Zobrazuje spotřebu BAI Hodnota BAI během tréninku.
- Rozsah zobrazení 0~999

!! POZNÁMKA

- BAI (Body Activity Index) je součet efektivního tréninkového
  .
- Objem tréninku = intenzita tréninku x doba tréninku.

BAI vypočítává efektivní tréninkový objem na základě vaší srdeční frekvence, věku, pohlaví a délky trvání.
Během tréninku můžete sledovat, jak se BAI zvyšuje. Jakmile dokončíte tréninkovou jednotku, získáte celkový počet bodů BAI za tuto jednotku, který představuje celkový efektivní tréninkový objem této jednotky.
Pokud trénujete intenzivněji, v oblasti vyšší srdeční frekvence, získáte body BAI rychleji. Pokud trénujete méně intenzivně, v oblasti nižší srdeční frekvence, získáte body BAI pomaleji.
Doporučujeme trénovat tak, abyste každý týden nasbírali 100 bodů BAI, a zlepšili tak svou kardio kondici.

Středový displej

- Horní číslice zobrazují parametry tréninku větším písmem. Když je displej v režimu skenování, každý parametr se zobrazí na několik sekund. Zobrazený název hodnoty bude blikat v příslušném okně.
- Spodní bodový displej graficky zobrazuje křivku intenzity programu.
  * V režimu regulace napětí: Každá tečka představuje 2 úrovně napětí.
  * V režimu HRC: Každá tečka představuje úroveň napětí, jako by bylo řízeno.
  * V režimu Watt: Každá tečka představuje úroveň napětí, jako by bylo řízeno.

Vysvětlení tlačítek

Nahoru (Dail)

- Zvýšení úrovně odporu
- Výběr nastavení.

Dolů (Dail)

- Snížení úrovně odporu
- Výběr nastavení.

Mode/ Enter

- Potvrzení nastavení nebo výběru.
- Zastavte funkci skenování displeje a zafixujte aktuální parametr ve středním displeji.
- V režimu pevného zobrazení přejděte na další parametr.

!! POZNÁMKA

- Pokud zastavíte režim skenování zafixováním konkrétního parametru, není možné funkci „skenování“ znovu aktivovat, kromě rychlého dvojitého stisknutí tlačítka „Start/Stop“, které rychle pozastaví a znovu spustí trénink.

Reset

- V režimu nastavení stiskněte jednou tlačítko RESET, aby se resetovaly aktuální hodnoty funkcí.
- Stiskněte a podržte tlačítko RESET po dobu 3 sekund, aby se resetovaly všechny hodnoty funkcí.

Start/ Stop

- Spuštění nebo zastavení tréninku

Body Fat

- V režimu zastavení otestujte procento tělesného tuku a BMI.

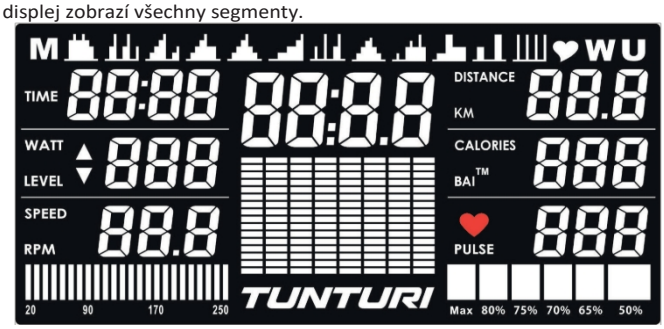
Recovery

- Jakmile konzole detekuje pulzní signál, stiskněte tlačítko RECOVERY (Obnova) a přejděte do režimu obnovy, kde můžete sledovat schopnost obnovy srdeční frekvence.

Provoz

Zapnutí

- Zapojte napájecí zdroj a zapněte počítač.
- V režimu spánku stiskněte libovolné tlačítko pro zapnutí konzole.
- Začněte šlapat, aby se konzole zapnula, pokud je v režimu spánku. LCD displej zobrazí všechny segmenty.



!! POZNÁMKA

- Konzole přejde do režimu spánku, pokud zařízení není 4 minuty aktivní.

Režim spánku

Když je konzole v režimu spánku, všechna informační okna jsou zčernalá, jako by byla v režimu vypnutí.

Vypnutí

- Chcete-li zařízení vypnout, je nutné odpojit zdroj napájení.

Výběr tréninku

Pomocí tlačítek UP/DOWN vyberte:

M	Manuál
P1 ~ P12	Profil programu 1 ~ 12
❤	Kontrola srdeční frekvence
W	Regulace výkonu
U	Uživatelský program

Programy

Rychlý start

- Stisknutím tlačítka START/STOP spustíte trénink bez přednastavených parametrů.
- Pomocí tlačítek Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu během tréninku.

Ukončení nebo pozastavení tréninku

- Stiskněte tlačítko START/STOP v režimu tréninku, abyste trénink zastavili/pozastavili. Chcete-li trénink obnovit, stiskněte tlačítko START/STOP v režimu pozastavení.
- Stisknutím tlačítka RESET (v režimu pauzy) resetujete všechna data tréninku.
- Stisknutím a podržením tlačítka RESET po dobu delší než 3 sekundy resetujete konzoli. (Aktivní tréninková data budou ztracena.)

RÁDCE

- V režimu pauzy můžete pomocí tlačítka „Mode/ Dial “ k úpravě nastavených cílů.
- Stisknutím tlačítka mode vyberte: Čas/ Vzdálenost/ Kalorie a/nebo Puls.
- Otočením kolečka nastavte požadovaný cíl a stisknutím tlačítka „Mode“ vyberte první další parametr, který chcete změnit, nebo stisknutím tlačítka „Start/Stop“ pokračujte v tréninku.

Nastavení uživatele

Uživatele lze vybrat, když je konzole v režimu „Start up“ (Spuštění). Když je konzole v funkčním režimu, stiskněte a podržte tlačítko „RESET“ po dobu delší než 3 sekundy, aby se konzole restartovala a přepnula do režimu „Start up“.
Uvidíte blikající „U1“ (nebo naposledy vybraného uživatele U1~U4).

- Vyberte uživatele, otočením kolečka vyberte U1~U4 a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Vyberte pohlaví, otočením kolečka vyberte „♂“ (muž) nebo „♀ “ (žena) a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Nastavte věk (A), otočením kolečka vyberte Rozsah nastavení: 1~99 ±1, potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Nastavení výšky (H), otočením kolečka vyberte Rozsah nastavení: 100~200 cm ±1, potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Nastavení hmotnosti (W), otočením kolečka vyberte Rozsah nastavení: 20~150 kg ±1, potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

!! POZNÁMKA

- Správné nastavení parametrů uživatele je nutné pro: Správné fungování programu pro cílovou srdeční frekvenci. Správné měření tělesného tuku a BMI.
- Výběr uživatele určuje, které „uživatelské programy“ se načtou. Viz „Uživatelský program“

Ruční režim

- Pomocí funkce Dial Up/Down vyberte tréninkový program, vyberte režim M (manuální) a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítka Dial Up/Down nastavte úroveň napětí a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítka Dial Up/Down přednastavte dobu tréninku, rozsah nastavení: 1:00 ~ 99:00 minut (± 1:00), potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down přednastavte vzdálenost tréninku. Rozsah nastavení: 1,0 ~ 99,0 km. minuty (± 1,0) Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down přednastavte tréninkové kalorie. Rozsah nastavení: 10 ~990 kalorií (± 10). Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down nastavte limit pro puls, rozsah nastavení: 30 ~230 BPM (± 1) Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

!! POZNÁMKA

- Při nastavení více než jednoho cíle bude trénink ukončen při dosažení prvního dosaženém cíli.
- Pokud cíl nevyplníte, nebude považován za předem nastavený limit.
- Při nastavení limitu pulsu se trénink nezastaví, když překročíte nastavený limit. Akustický alarm upozorní uživatele na překročení limitu jako varování.

- Stiskněte tlačítko START/STOP pro zahájení tréninku
- Pomocí tlačítek Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu. Úroveň zátěže se zobrazuje v okně LEVEL.

Profil programu 1~12

- Pomocí funkce Dial Up/Down vyberte tréninkový program, vyberte jeden z přednastavených profilů a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí funkce Dial Up/Down nastavte úroveň napětí a potvrďte stisknutím tlačítka MODE. Kompletní profil bude postupně škálován.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down přednastavte dobu tréninku. Rozsah nastavení: 1:00 ~ 99:00 minut (± 1:00). Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

- Stisknutím tlačítka START/STOP spusťte trénink.
- Pomocí tlačítek Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu. Celý profil bude proporcionálně škálován. Úroveň zátěže se zobrazuje v okně LEVEL.

V režimu Program profile (Profil programu) se napětí automaticky nastaví podle přednastaveného profilu.

!! POZNÁMKA

- Délka každého segmentu v profilu je 1/8 vaší přednastavené tréninkového času.
- Pokud není nastavena doba tréninku, bude délka každého segmentu ± 20 sekund a profil se bude opakovaně restartovat, dokud trénink sami nezastavíte.

Kontrola srdeční frekvence

- Pomocí funkce Dial Up/Down vyberte tréninkový program, vyberte HRC (ikona srdce) a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

Pomocí funkce Dial Up/Down nastavte cílovou hodnotu HRC:

55	=	55 % součtu (220 minus *věk)
75	=	75 % součtu (220 minus *věk
90	=	90 % součtu (220 minus *věk)
TA	=	Cílová hodnota (výchozí hodnota 100)

*Parametr věku je třeba nastavit v „Set User“ (Nastavení uživatele). Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

- Po nastavení TA použijte funkci Dial Up/Down k nastavení cíle (30~230) a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down přednastavte dobu tréninku. Rozsah nastavení: 1:00 ~ 99:00 minut (± 1:00). Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

TUNTURI®

- Stisknutím tlačítka START/STOP spusťte trénink.
- Pomocí tlačítka RESET se vraťte do hlavního menu.

V režimu Cardio se napětí automaticky nastaví tak, aby bylo necitlivé v okamžiku, kdy vaše srdeční frekvence dosáhne přednastavené cílové hodnoty HRC.

!! POZNÁMKA

- Režim Cardio vyžaduje k fungování signál srdeční frekvence.
- Pokud konzole nepřijímá signál srdeční frekvence, zobrazí se v hlavním okně otazník a symbol srdce.
- Pokud je srdeční frekvence ztracena po dobu delší než 5 sekund, program se automaticky přepne do režimu pauzy.

Rychlý tip

- Program „Kontrola srdeční frekvence“ funguje nejlépe, když jsou jsou správně nastaveny.

Watt řízení výkonu (W)

- Pomocí funkce Dial Up/Down vyberte tréninkový program, vyberte Watt Control (W)
  a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí funkce Dial Up/Down (Nahoru/Dolů) nastavte cílový výkon:
  120 je přednastavená výchozí hodnota
  Rozsah nastavení: 10~350 ± 10, potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí tlačítka Dial Up/Down přednastavte dobu tréninku. Rozsah nastavení: 1:00 ~ 99:00 minut (± 1:00), potvrďte stisknutím tlačítka MODE.

- Stisknutím tlačítka START/STOP spusťte trénink.
- Pomocí tlačítka RESET se vraťte do hlavního menu.

V režimu Watt se napětí automaticky nastaví na necitlivost v místě, kde Watt dosáhne přednastavené cílové hodnoty Watt.

!! POZNÁMKA

- Parametr Watt je výpočtem otáček za minutu (RPM) a úrovně napětí. Při vyšších otáčkách bude napětí nižší. Při nižších otáčkách bude napětí vyšší.

Uživatelský program (U)

Režim uživatelského programování.

Vybraný uživatelský program se vždy otevírá v programovacím režimu.

- Pomocí funkce Dial Up/Down vyberte tréninkový program, vyberte uživatelský profil (U)
  potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Pomocí funkce Dial Up/Down nastavte úroveň napětí pro první segment profilu.
  Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Stejným způsobem opakujte i ostatní úrovně napětí segmentů profilu.

!! POZNÁMKA

- Každý segment, který naprogramujete a potvrdíte stisknutím tlačítka „Mode“, se automaticky uloží.
- Předprogramovaný uživatelský program nelze vymazat, ale lze jej přepsat a kdykoli aktualizovat profil podle svých potřeb.

Spuštění uživatelského programu

- V programovacím režimu stiskněte a podržte tlačítko MODE po dobu 2 sekund v jakékoli fázi programovacího režimu, aby se otevřel režim programování času.
- Pomocí tlačítek Dial Up/Down přednastavte dobu tréninku. Rozsah nastavení: 1:00 ~ 99:00 minut (± 1:00). Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
- Stisknutím tlačítka START/STOP spusťte trénink.
- Pomocí tlačítka RESET se vraťte do hlavního menu.

V režimu profilu uživatelského programu se napětí automaticky nastaví podle přednastaveného profilu.
Délka každého segmentu v profilu je 1/8 předem nastavené doby tréninku.

!! POZNÁMKA

- Pro každý uživatelský profil je k dispozici pouze 1 uživatelský program. Viz „Nastavení uživatele“

Recovery

Funkce zotavení slouží k zaznamenání srdečního stavu měřením rychlosti zotavení srdeční frekvence v tepech za minutu. Čím rychleji se vaše srdeční frekvence vrátí k normálu, tím lepší je váš stav. Proto je nejlepší tuto funkci používat přímo po tréninku.

- Tlačítko RECOVERY je platné pouze v případě, že je detekován puls.
- TIME (ČAS) zobrazí „0:60“ (sekundy) a odpočítává do 0.
- Po odpočítávání se na displeji počítače zobrazí F1 až F6, aby se otestoval stav zotavení srdeční frekvence. Uživatel může zjistit úroveň zotavení srdeční frekvence podle níže uvedené tabulky.
- Stisknutím tlačítka RECOVERY se vrátíte na začátek.

Jak číst výsledky testu.

Výsledek je založen na stavu vaší srdeční frekvence. Při fyzické aktivitě se vaše srdeční frekvence zvyšuje v tepech za minutu (BPM).
Po ukončení tréninku se vaše srdeční frekvence stabilizuje na normální hodnotu. Čím rychleji se vaše srdeční frekvence stabilizuje, tím lepší je váš srdeční stav. Pokud vaše srdeční frekvence klesne během testovací minuty o alespoň 50 BPM, výsledek bude F1.
Pokud vaše srdeční frekvence klesne v průběhu testu o 41 až 50 BPM, výsledek bude F2.
A tak dále.

F1	Skvělí	50+ tepů za minutu
F2	Vynikající	41 ~ 50 BPM
F3	Dobrý	31~ 40 BPM
F4	Průměrný	21 ~ 30 BPM
F5	Podprůměrný	11 ~ 20 BPM
F6	Špatný	0 ~ 10 BPM

!! POZNÁMKA

- Údaje o výsledcích „zotavení“ lze použít pouze jako osobní a nemají žádnou lékařskou hodnotu.
- Pokud se vaše srdeční frekvence během testu zvýšila, zobrazí se také F6.

Tělesný tuk

- Stisknutím tlačítka BODY FAT spustíte měření tělesného tuku.
- Během měření musíte držet obě ruce na madlech. LCD displej „-“ „- -“ „- - -“ „----------” po dobu 8 sekund, dokud počítač dokončí měření.
- Na LCD displeji se zobrazí BMI a % TUKU.

Chybové kódy režimu tělesného tuku

- *E-1
  Není detekován žádný signál srdeční frekvence.
- *E-4
  Vyskytuje se, když je výsledek FAT% a BMI nižší než 5 nebo vyšší než 50.

Rychlá rada

- Funkce měření „Tělesný tuk a BMI“ funguje nejlépe, když jsou jsou správně nastaveny uživatelské parametry.

Bluetooth a aplikace

- Tato konzole se může připojit k aplikaci na chytrém zařízení přes Bluetooth (iOS a Android).
- Bluetooth připojení navazujte pouze prostřednictvím režimu připojení v aplikaci nainstalované ve vašem chytrém zařízení.
- Po navázání Bluetooth spojení mezi aplikací a konzolí se displej konzole ztmaví.

!! POZNÁMKA

- Společnost Tunturi poskytuje pouze možnost připojení vaší fitness konzole prostřednictvím Bluetooth. Společnost Tunturi proto nemůže nést odpovědnost za poškození nebo nesprávnou funkci jiných produktů než produktů Tunturi.
- Další informace najdete na webových stránkách.

Tato konzole může přijímat signál z Bluetooth vysílače srdečního tepu. Není nutné zařízení spárovat, protože konzole automaticky detekuje vysílač srdečního tepu, pokud je v dosahu.

Použití

Pokyny pro nastavení odporu

- Otočte 8 stupňovým ovladačem odporu (44) tak, aby šipka směřovala k číslu ozubeného kola, jak je znázorněno na obr. D-4.
- Otáčením ve směru hodinových ručiček postupně zvyšujete odpor.
- Otáčením proti směru hodinových ručiček odpor postupně snižujte.
- Číslo 8 má nejvyšší odpor a číslo 1 má nejnižší odpor.

Pokyny pro výměnu baterie

Pokud je nutné vyměnit baterii, jak je znázorněno na obr. D-3, vytlačte monitor (43) rukou nahoru z krytu (45), vyjměte monitor (43), vyměňte baterii za novou a poté monitor (43) vraťte zpět na kryt (45).

!! POZNÁMKA

- Vybitá baterie by měla být vždy recyklována v souladu s místními právními předpisy, aby nedocházelo k poškozování životního prostředí.

⚠ VAROVÁNÍ

- Nevystavujte baterie velkým teplotním změnám, aby nedošlo k k úniku baterií.
- Aby nedošlo k úniku baterií, vyjměte je, pokud plánu j e t e zařízení delší dobu nepoužívat.
- Při vkládání více baterií do zařízení vždy používejte baterie stejné značky, stejného typu a stejné energetické úrovně.

Použití přidaného popruhu

Mini kolo je vybaveno protiskluzovými nožičkami, ale pokud máte pocit, že mini kolo klouže, můžete přidat popruh pro větší stabilitu. Popruh můžete připevnit k židli, jak je znázorněno na obr. D-5.

Čištění a údržba

Zařízení nevyžaduje žádnou zvláštní údržbu. Zařízení nevyžaduje rekalibraci, pokud je sestaveno, používáno a udržováno podle pokynů.

⚠ VAROVÁNÍ

- K čištění zařízení nepoužívejte rozpouštědla.
- Čištění a údržbu zařízení nesmí provádět děti bez dozoru.
- Po každém použití zařízení očistěte měkkým, savým hadříkem.
- Pravidelně kontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice utažené.

Vady a poruchy

I přes neustálou kontrolu kvality se mohou na zařízení vyskytnout závady a poruchy způsobené jednotlivými součástmi. Ve většině případů bude stačit vyměnit vadnou součást.

- Pokud zařízení nefunguje správně, okamžitě kontaktujte prodejce.
- Prodejci sdělte číslo modelu a sériové číslo zařízení. Uveďte povahu problému, podmínky použití a datum nákupu.

Přeprava a skladování

⚠ VAROVÁNÍ

- Zařízení přenášejte a přemísťujte opatrně.
- Přesuňte zařízení a opatrně jej položte.
- Umístěte zařízení na ochrannou podložku, aby nedošlo k poškození povrchu podlahy.
- Při přesunu a zvedání zařízení po nerovném povrchu postupujte opatrně.
- Přístroj nepřemisťujte uchopením za pedály, ale použijte k tomu určenou rukojeť na horní straně krytu.
- Zařízení skladujte na suchém místě s co nejmenšími teplotními výkyvy.

Záruka

Záruka pro kupujícího Tunturi

Záruční podmínky

Spotřebitel má nárok na příslušná zákonná práva stanovená v národní legislativě týkající se obchodu se spotřebním zbožím. Tato záruka tato práva neomezuje. Záruka kupujícího
platí pouze v případě, že je zařízení používáno v prostředí schváleném společností Tunturi New Fitness BV a je udržováno v souladu s pokyny pro dané zařízení. Schválené prostředí a pokyny pro údržbu konkrétního produktu jsou uvedeny v „uživatelské příručce“ produktu. „Uživatelskou příručku“ si můžete stáhnout z našich webových stránek.
http://manuals.tunturi.com

Záruční podmínky

Záruční podmínky začínají platit od data zakoupení. Záruční podmínky se mohou v jednotlivých zemích lišit, proto se prosím obraťte na svého místního prodejce, který vám sdělí záruční podmínky.

Záruční krytí

Společnost Tunturi New Fitness BV ani distributor Tunturi v žádném případě nenesou odpovědnost na základě této záruky ani jinak za žádné zvláštní, nepřímé, sekundární nebo následné škody jakékoli povahy vzniklé v důsledku použití nebo nemožnosti použití tohoto zařízení.

Omezení záruky

Tato záruka se vztahuje na výrobní vady fitness zařízení v původním balení od společnosti Tunturi New Fitness BV. Záruka se vztahuje pouze na běžné, doporučené používání produktu, jak je popsáno v uživatelské příručce, a za předpokladu, že byly dodrženy pokyny společnosti Tunturi New Fitness BV pro instalaci, údržbu a používání. Ani společnost Tunturi New Fitness BV, ani distributoři Tunturi
Závazky se vztahují na vady způsobené z důvodů mimo jejich kontrolu. Záruka se vztahuje pouze na původního kupujícího a platí pouze v zemích, kde má společnost Tunturi New Fitness BV autorizovaného dovozce. Záruka se nevztahuje na fitness zařízení nebo komponenty, které byly upraveny bez souhlasu společnosti Tunturi New Fitness.

BV. Záruka se nevztahuje na vady způsobené běžným opotřebením, nesprávným používáním, zneužitím, korozí nebo poškozením vzniklým při nakládání nebo přepravě.

Záruka se nevztahuje na zvuky nebo hluk vydávané během používání, pokud tyto zvuky nebo hluk podstatně nebrání používání zařízení a nejsou způsobeny závadou zařízení. Záruka se nevztahuje na vady vzniklé v důsledku neprovedení pravidelné údržby uvedené v uživatelské příručce k produktu. Záruka se dále nevztahuje na vady vzniklé v důsledku používání a skladování v nevhodném prostředí, jak je popsáno v uživatelské příručce, které by mělo být vnitřní, suché,
bez prachu a písku a v teplotním rozmezí +15 °C až +35 °C. Záruka se nevztahuje na údržbové činnosti, jako je čištění, mazání a běžné seřizování dílů, ani na instalaci.

Postupy, které mohou zákazníci provést sami, jako je výměna jednoduchých měřidel, pedálů a jiných podobných dílů, které nevyžadují demontáž/montáž fitness zařízení. Záruční opravy provedené jinými než autorizovanými zástupci společnosti Tunturi nejsou kryty zárukou. Nedodržení pokynů uvedených v uživatelské příručce má za následek neplatnost záruky na výrobek.

Technické údaje

Parametr	Měrná jednotka	Hodnota
Délka	cm palec	51,5 20,3
Šířka	cm palce	45 17,7
Výška	cm palce	35 13,8
Hmotnost	kg lbs	8,6 19
Max. hmotnost uživatele	kg lbs	100 220
Velikost baterie	2x	AAA

Prohlášení výrobce

Společnost Tunturi New Fitness BV prohlašuje, že mini kolo Cardio Fit M40 je v souladu s následujícími normami a směrnicemi:

- Směrnice RoHS (2011/65/EU)
- Obecné nařízení o bezpečnosti výrobků (GPSR) – (EU) 2023/988
- Nařízení o bateriích (EU) 2023/1542

Společnost Tunturi New Fitness BV tímto prohlašuje, že rádiové zařízení typu Cardio Fit M40 mini bike je v souladu se směrnicí 2014/53/EU.

Úplné znění prohlášení o shodě EU je k dispozici na následující internetové adrese: https://doc.tunturi.com

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Nizozemsko

Prohlášení

© 2024 Tunturi New Fitness BV
Všechna práva vyhrazena.

- Produkt a návod se mohou změnit.
- Specifikace mohou být změněny bez předchozího upozornění.
- Nejnovější verzi uživatelského manuálu najdete na našich webových stránkách.

Slovenčina

Obsah

Vitajte 17

Bezpečnostné upozornenia 17

Montážne pokyny 17
Popis obrázku A 17
Popis obrázku B 17
Popis obrázku C 18
Popis obrázku D 18
Ďalšie informácie o inštalácii 18
Ďalšie informácie o prostredí 18

Držiak (obr. F) 18
Vysvetlenie Funkcie displeja 18
Vysvetlenie tlačidiel 19
Ovládacie prvky 19

Programy 20
Nastavenia používateľa 20
Ručný režim 20
Profil programu 1~12 20
Monitorovanie srdcovej frekvencie 20
Kontrola výkonu (W) 21
Užívateľský program (U) 21
Reset 21
Telesný tuk 21
Bluetooth a aplikácie 22

Používanie 22
Pokyny pre nastavenie odporu 22
Pokyny na výmenu batérie 22
Používanie pridaného remienka 22

Čistenie a údržba 22
Poruchy a nesprávna funkcia 22
Preprava a skladovanie 22

Záruka 23

Technické údaje 23

Vyhlásenie výrobcu 23

Zrieknutie sa zodpovednosti 23

Vitajte

Vitajte vo svete Tunturi!
Ďakujeme vám za zakúpenie produktu Tunturi. Tunturi ponúka širokú škálu domácich fitness zariadení, vrátane eliptických trenažérov, bežeckých pásov, stacionárnych bicyklov a veslovacích trenažérov. Zariadenia Tunturi sú vhodné pre celú rodinu, bez ohľadu na úroveň kondície. Viac informácií nájdete na našej webovej stránke www.tunturi.com

Dôležité bezpečnostné pokyny
Táto používateľská príručka je neoddeliteľnou súčasťou vášho tréningového vybavenia: pred použitím tohto zariadenia si prečítajte všetky pokyny uvedené v tejto príručke. Vždy dodržiavajte nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

Bezpečnostné upozornenie

⚠ VAROVANIE

- Prečítajte si bezpečnostné upozornenia a pokyny. Nedodržanie bezpečnostných upozornení a pokynov môže dôjsť k poraneniu alebo poškodeniu zariadenia. Bezpečnostné upozornenia a pokyny si uchovajte pre budúce použitie.

- Zariadenie je určené výhradne na domáce použitie. Zariadenie nie je vhodné na komerčné použitie.
- Maximálna doba používania je obmedzená na 2 hodiny denne.
- Toto zariadenie môžu používať deti vo veku od 8 rokov a osoby so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami alebo s nedostatkom skúseností a znalostí, ak sú pod dohľadom alebo boli poučené o bezpečnom používaní zariadenia a chápu súvisiace nebezpečenstvá.
- Deti by mali byť pod dohľadom, aby sa uistili, že sa nehrajú so spotrebičom

- Pred začatím tréningu sa poraďte so svojím lekárom, aby skontroloval váš zdravotný stav.
  - Ak pocítite nevoľnosť, závraty alebo iné neobvyklé príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa so svojím lekárom.
- Aby ste predišli bolesti a preťaženiu svalov, začnite každý tréning rozcvičkou a ukončite ho ochladením. Na konci tréningu sa nezabudnite poriadne pretiahnuť.
- Zariadenie je vhodné iba na použitie v interiéri. Zariadenie nie je vhodné na použitie v exteriéri.
- Zariadenie používajte iba v dobre vetranom prostredí. Aby ste sa nenachladili, nepoužívajte zariadenie v prostredí s prievanom.
- Zariadenie používajte iba v prostredí s teplotou okolia medzi 10 °C a 35 °C / 59 °F a 95 °F. Zariadenie skladujte iba v prostredí s teplotou okolia medzi 5 °C a 45 °C / 41 °F a 113 °F.
- Nepoužívajte ani neskladujte zariadenie vo vlhkom prostredí. Vlhkosť vzduchu nesmie nikdy prekročiť 80 %.
- Zariadenie používajte iba na účely, na ktoré je určené. Zariadenie nepoužívajte na iné účely, ako sú uvedené v návode.
- Zariadenie nepoužívajte, ak je akákoľvek jeho časť poškodená alebo vadná. Ak je akákoľvek časť poškodená alebo vadná, kontaktujte svojho predajcu.
- Držte ruky, nohy a ostatné časti tela ďalej od pohyblivých častí.
- Chráňte si vlasy pred pohyblivými časťami.
- Noste vhodné oblečenie a obuv.
- Oblečenie, šperky a iné predmety držte ďalej od pohyblivých častí.
- Zabezpečte, aby zariadenie používala vždy len jedna osoba. Zariadenie nesmú používať osoby s hmotnosťou nad 120 kg (264 libier).
- Neotvárajte zariadenie bez konzultácie s predajcom.

Montážne pokyny

Popis obrázku A

Ilustrácia znázorňuje, ako bude zariadenie vyzerať po dokončení montáže. Môžete ju použiť ako referenčný materiál počas montáže, ale vždy postupujte podľa montážnych pokynov v správnom poradí, ako je znázornené na obrázkoch.

Popis obrázku B

Ilustrácia ukazuje, ktoré komponenty a diely by ste mali nájsť po rozbalení produktu.

!! POZNÁMKA
- Malé časti môžu byť skryté/zabalené v dutých priestoroch používané ako ochranné materiály pre produkt.
- Ak chýba nejaká súčasť, kontaktujte svojho predajcu.

Popis obrázku C

Ilustrácia zobrazuje súpravu hardvéru dodávanú s vaším produktom. Súpravu hardvéru tvoria skrutky, podložky, matice atď. a náradie potrebné na správnu montáž zariadenia.

Popis obrázku D

Ilustrácia znázorňuje správny postup montáže trenažéra v nasledujúcom poradí.

⚠ UPOZORNENIE
- Zariadenie zmontujte v uvedenom poradí.
- Pri prenášaní a presúvaní zariadenia by mali byť prítomné aspoň dve osoby.

⚠ VAROVANIE
- Zariadenie umiestnite na pevný, rovný povrch.
- Zariadenie umiestnite na ochrannú podložku, aby nedošlo k poškodeniu povrchu podlahy.
- Okolo zariadenia ponechajte voľný priestor aspoň 100 cm.
- Správnu inštaláciu zariadenia nájdete na obrázkoch.

!! POZNÁMKA
- Po dokončení inštalácie produktu uchovajte náradie dodávané s týmto pre budúci servis.

Ďalšie informácie o inštalácii D2

Ako správne nainštalovať pedále

!! POZNÁMKA
- Pravá a ľavá strana sa určujú z pohľadu osoby, ktorá cvičí

Pravý pedál

Nájdite značku „R“ alebo „L“ na osi pedálu.
- Nasuňte pravý pedál „R“ na pravú kľuku.
- Najskôr otočte os pedálu rukou v smere hodinových ručičiek.
- Pomocou kľúča pedál úplne dotiahnite.

Ľavý pedál
- Nasuňte ľavý pedál „L“ na ľavú kľuku.
- Najskôr otočte os pedálu rukou proti smeru hodinových ručičiek.
- Pomocou kľúča pedál úplne dotiahnite.

Kliknite sem a pozrite si naše podporné video na YouTube
https://youtu.be/Devel2ZhCAc

!! POZNÁMKA
- Po dokončení montáže produktu uchovajte náradie dodávané s týmto produktom pre budúci servis.

Ďalšie informácie o životnom prostredí

Likvidácia obalov

Vládne nariadenia vyžadujú, aby sme znížili množstvo odpadu odvážaného na skládky. Preto vás žiadame, aby ste všetky obalové odpady zodpovedne likvidovali vo verejných recyklačných strediskách.

Likvidácia na konci životnosti

V spoločnosti Tunturi dúfame, že vaše fitness zariadenie vám bude slúžiť mnoho rokov. Príde však čas, keď vaše fitness zariadenie dosiahne koniec svojej životnosti.
Podľa európskej legislatívy o OEEZ ste zodpovední za správnu likvidáciu v schválenom verejnom zbernom mieste.

Držiak (obr. F)



1. Displej
2. Držiak na tablet/knihu
3. Tlačidlá

⚠ UPOZORNENIE
- Chráňte konzolu pred priamym slnečným žiarením.
- Ak je povrch konzoly pokrytý potom, utrite ho do sucha.
- Neopierajte sa o konzolu.
- Displej dotykajte iba končekmi prstov. Dávajte pozor, aby ste sa displeja nedotýkali nechtami alebo ostrými predmetmi.

!! POZNÁMKA
- Konzola prejde do pohotovostného režimu, ak sa zariadenie nie je používané 4 minúty.

Vysvetlenie Funkcie displeja

Time
- Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa čas odpočítava.
- Keď je nastavená cieľová hodnota, čas sa odpočítava od cieľovej hodnoty do 0 a zaznie alebo zabliká alarm.
- Rozsah zobrazenia: 0:00~99:59

Speed
- Zobrazuje aktuálnu rýchlosť tréningu.
  Rozsah zobrazenia: 0,0 ~ 99,9
- Ak sa počas tréningu neprenáša žiadny signál do monitora po dobu 4 sekúnd , SPEED zobrazí „0,0“.

RPM
- Zobrazuje počet otáčok za minútu.
  Rozsah zobrazenia: 0~15~999
- Ak sa počas tréningu 4 sekundy neprenáša žiadny signál do monitora , RPM zobrazí „0“.

Watt
- Zobrazuje aktuálny výkon vo wattoch.
- Rozsah zobrazenia: 0 ~ 999

- ▲ Symbol sa zobrazí v okne Watt, ak je cieľová hodnota nastavená vo wattoch nižšia ako aktuálny výkon vo wattoch.
  Šliapete príliš rýchlo alebo je cieľ nastavený príliš nízko.

- ▼ Symbol sa zobrazí v okne Watt, ak je cieľ vyšší ako aktuálny výkon v wattoch.
  Šliapete príliš pomaly alebo je cieľ nastavený príliš vysoko.

Level
- Pri nastavovaní odporu sa nastavenie úrovne napätia zobrazuje po dobu 3 sekúnd.
  Nastavenie úrovne napätia sa zobrazuje po dobu 3 sekúnd.

Distance
- Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa vzdialenosť počíta smerom nahor.
- Pri nastavení cieľovej hodnoty sa vzdialenosť odpočítava od vašej cieľovej vzdialenosti do 0 s alarmovým zvukom alebo blikajúcim svetlom.
- Rozsah zobrazenia: 0,00 ~ 99,99

Calories
- Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa budú sčítať kalórie.
- Pri nastavení cieľovej hodnoty sa kalórie odpočítavajú od vašej cieľovej hodnoty kalórií do 0, sprevádzané zvukovým alarmom alebo blikajúcim svetlom.
- Rozsah zobrazenia: 0~999.

!! POZNÁMKA
- Tieto údaje slúžia ako hrubý orientačný údaj na porovnanie rôznych cvičení a nemožno ich použiť v lekárskej praxi.

Pulz
- Aktuálny pulz sa zobrazí 6 sekúnd po jeho detekcii konzolou.
- Ak sa počas 6 sekúnd nezistí žiadny pulzný signál, na konzole sa zobrazí „P“.
- Alarm pulzu zaznie, keď aktuálny pulz prekročí cieľový pulz.
- Rozsah zobrazenia: 0–30~230 úderov za minútu

BAI™
- Zobrazuje spotrebu BAI Hodnota BAI počas tréningu.
- Rozsah zobrazenia 0–999

!! POZNÁMKA
- BAI (index telesnej aktivity) je súčet efektívneho tréningu .
- Objem tréningu = intenzita tréningu x dĺžka tréningu.

BAI vypočíta efektívny tréningový objem na základe vašej srdcovej , veku, pohlavia a trvania.
Počas tréningu môžete sledovať, ako sa zvyšuje váš BAI. Po dokončení tréningovej jednotky dostanete celkový počet BAI bodov za túto jednotku, ktorý predstavuje celkový efektívny tréningový objem za túto jednotku.
Ak trénujete intenzívnejšie, v zóne s vyššou srdcovou frekvenciou, získate body BAI rýchlejšie. Ak trénujete menej intenzívne, v zóne s nižšou srdcovou frekvenciou, získate body BAI pomalšie.
Odporúčame trénovať tak, aby ste každý týždeň získali 100 bodov BAI, čím zlepšujete svoju kardio kondíciu.

Stredný displej
- Horné číslice zobrazujú tréningové parametre väčším písmom. Keď je displej v režime skenovania, každý parameter sa zobrazuje niekoľko sekúnd. Názov zobrazeného parametra bude blikať v príslušnom okienku.
- Spodný bodový displej graficky zobrazuje krivku intenzity programu.
  * V režime regulácie napätia: Každá bodka predstavuje 2 úrovne napätia.
  * V režime HRC: Každá bodka predstavuje úroveň napätia, ako keby bola regulovaná.
  * V režime Watt: Každá bodka predstavuje úroveň napätia, ako keby bola regulovaná.

Vysvetlenie tlačidiel

Hore (Dail)
- Zvýši úroveň odporu
- Vyberte nastavenie.

Dole (Dail)
- Zníženie úrovne odporu
- Vyberte nastavenia.

Mode/ Enter
- Potvrďte nastavenie alebo výber.
- Zastavte funkciu skenovania displeja a nastavte aktuálny parameter v strednom displeji.
- V režime pevného zobrazenia prejdite na ďalší parameter.

!! POZNÁMKA
- Ak zastavíte režim skenovania fixáciou konkrétneho parametra, nie je možné znovu aktivovať funkciu „skenovania“, okrem rýchleho dvojitého stlačenia tlačidla „Start/Stop“, čím sa tréningová relácia rýchlo pozastaví a znovu spustí.

Reset
- V režime nastavenia stlačte raz tlačidlo RESET, aby ste resetovali aktuálne hodnoty funkcií.
- Stlačte a podržte tlačidlo RESET po dobu 3 sekúnd, aby ste resetovali všetky hodnoty funkcií.

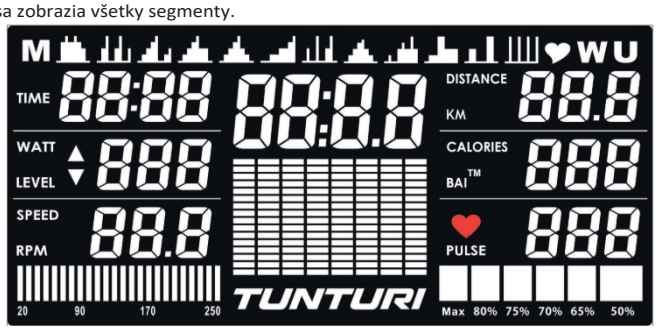
Start/ Stop
- Spustenie alebo zastavenie tréningu

Body Fat
- V režime zastavenia otestujte percento telesného tuku a BMI.

Recovery
- Akonáhle konzola zaznamená pulzný signál, stlačte tlačidlo RECOVERY , aby ste vstúpili do režimu zotavenia, kde môžete sledovať schopnosť zotavenia vašej srdcovej frekvencie.

Prevádzka

Zapnutie
- Pripojte napájací zdroj a zapnite počítač.
- V režime spánku stlačte ľubovoľné tlačidlo, aby sa konzola zapla.
- Ak je konzola v režime spánku, začnite šliapať, aby sa zapla. Na LCD displeji sa zobrazia všetky segmenty.



!! POZNÁMKA
- Konzola prejde do režimu spánku, ak zariadenie nie je aktívne po dobu 4 minút.

Režim spánku
Keď je konzola v režime spánku, všetky informačné okná sú zatienené. ako keby bol v režime vypnutia.

Vypnutie
- Na vypnutie zariadenia musíte odpojiť napájanie.

Výber tréningu
Pomocou tlačidiel HORE/DOLE vyberte:

M	Manuálne
P1 ~ P12	Profil programu 1 ~ 12
❤	Monitorovanie srdcovej frekvencie
W	Ovládanie výkonu
U	Užívateľský program

Programy

Rýchly štart

- Stlačením tlačidla START/STOP spustíte tréning bez prednastavených parametrov.
- Pomocou tlačidiel Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu počas tréningu.

Ukončenie alebo pozastavenie tréningu

- Stlačte tlačidlo START/STOP v režime tréningu, aby ste zastavili/pozastavili tréning. Ak chcete pokračovať v tréningu, stlačte tlačidlo START/STOP v režime pozastavenia.
- Stlačte tlačidlo RESET (v režime pauzy), aby ste vynulovali všetky tréningové údaje.
- Stlačte a podržte tlačidlo RESET dlhšie ako 3 sekundy, aby ste vynulovali konzolu. (Aktívne tréningové údaje budú stratené.)

NÁVOD

- V režime pauzy použite tlačidlo Mode/Dial " na nastavenie vašich cieľov.
- Stlačte tlačidlo režimu, aby ste vybrali: Čas/Vzdialenosť/Kalórie a/alebo Srdcová frekvencia.
- Otočením otočného gombíka nastavte požadovaný cieľ a stlačením tlačidla „Mode“ na výber prvého dodatočného parametra, ktorý chcete zmeniť, alebo stlačte tlačidlo „Start/Stop“ na pokračovanie v tréningu.

Nastavenia používateľa

Používateľov je možné vybrať, keď je konzola v režime „Spustenie“.
Keď je konzola v prevádzkovom režime, stlačte a podržte tlačidlo „RESET“ dlhšie ako 3 sekundy, aby sa konzola reštartovala a prepnula do režimu „Spustenie“.
Režim „Spustenie“.
Uvidíte blikajúce „U1“ (alebo posledného vybraného používateľa U1~U4).

- Vyberte používateľa otočením kolieska na výber U1~U4 a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Vyberte pohlavie otočením kolieska na „♂“ (muž) alebo „♀“ (žena) a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Nastavte vek (A), otočením kolieska vyberte Rozsah nastavenia: 1~99 ±1, potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Nastavenie výšky (H), otočením kolieska vyberte Rozsah nastavenia: 100~200 cm ±1, potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Nastavenie hmotnosti (W), otočením kolieska vyberte Rozsah nastavenia: 20~150 kg ±1, potvrďte stlačením tlačidla MODE.

!! POZNÁMKA

- Správne nastavenie parametrov používateľa je potrebné pre: Správne fungovanie programu cieľovej srdcovej frekvencie . Správne meranie telesného tuku a BMI.
- Výber používateľa určuje, ktoré „užívateľské programy“ sa načítajú. Pozri „Užívateľský program“

Ručný režim

- Pomocou funkcie Dial Up/Down vyberte tréningový program, vyberte režim M (manuálny) a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidla Dial Up/Down nastavte úroveň napätia a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidla Dial Up/Down (Nastavenie nahor/nadol) nastavte tréningový čas, rozsah nastavenia: 1:00 ~ 99:00 minút (± 1:00), potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down (Hore/Dole) nastavte vzdialenosť tréningu. Rozsah nastavenia: 1,0 ~ 99,0 kilometrov. minút (± 1,0) Potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down (Hore/Dole) nastavte tréningové kalórie. Rozsah nastavenia: 10 ~990 kalórií (± 10).
  Potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down nastavte limit pulzu, rozsah nastavenia: 30 ~230 BPM (± 1)
  Potvrďte stlačením tlačidla MODE.

!! POZNÁMKA

- Ak je nastavených viac ako jeden cieľ, tréning sa skončí, keď je dosiahnutý prvý cieľ.
- Ak nenastavíte cieľ, nebude sa považovať za vopred nastavený limit.
- Pri nastavení limitu pulzu sa tréning nezastaví, keď prekročíte nastavený limit. Zvukový alarm upozorní používateľa na prekročenie limitu ako varovanie.

- Stlačte tlačidlo START/STOP, aby ste začali tréning.
- Pomocou tlačidiel Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu. Úroveň zaťaženia sa zobrazuje v okne LEVEL.

Profil programu 1~12

- Pomocou funkcie Dial Up/Down vyberte tréningový program, vyberte jeden z prednastavených profilov a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou funkcie Dial Up/Down nastavte úroveň napätia a potvrďte stlačením tlačidla MODE. Kompletný profil sa bude postupne stupňovať.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down (Hore/Dole) prednastavte tréningový čas . Rozsah nastavenia: 1:00 ~ 99:00 minút (± 1:00).
  Potvrďte stlačením tlačidla MODE.

- Stlačte tlačidlo START/STOP, aby ste začali tréning.
- Pomocou tlačidiel Dial UP/DOWN nastavte úroveň odporu. Celý profil sa bude proporcionálne škálovať.
  Úroveň zaťaženia sa zobrazuje v okne LEVEL.

V režime profilu programu sa napätie automaticky nastaví podľa prednastaveného profilu.

!! POZNÁMKA

- Dĺžka každého segmentu v profile je 1/8 vášho prednastaveného tréningového času.
- Ak nie je nastavený žiadny tréningový čas, dĺžka každého segmentu bude ± 20 sekúnd a profil sa bude opakovať, kým tréning sami nezastavíte.

Monitorovanie srdcovej frekvencie

- Pomocou funkcie Dial Up/Down vyberte tréningový program, vyberte HRC (ikona srdca)
  a potvrďte stlačením tlačidla MODE.

Pomocou funkcie Dial Up/Down nastavte cieľovú hodnotu HRC:

55	=	55 % zo sumy (220 mínus *vek)
75	=	75 % zo sumy (220 mínus *vek)
90	=	90 % zo sumy (220 mínus *vek)
TA	=	cieľová hodnota (predvolená hodnota 100)

*Parameter veku je potrebné nastaviť v položke „Set User“ (Nastaviť používateľa). Potvrďte stlačením tlačidla MODE.

- Po nastavení TA použite funkciu Dial Up/Down na nastavenie cieľovej hodnoty (30~230) a
  potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down (Nastaviť hore/dole) nastavte čas tréningu. Rozsah nastavenia: 1:00 ~ 99:00 minút (± 1:00). Potvrďte stlačením tlačidla MODE.

- Stlačte tlačidlo START/STOP, aby ste začali trénovať.
- Pomocou tlačidla RESET sa vrátite do hlavného menu.

V režime Cardio sa napätie automaticky nastaví tak, aby bolo necitlivé, keď vaša srdcová frekvencia dosiahne prednastavenú cieľovú hodnotu HRC.

!! POZNÁMKA

- Režim Cardio vyžaduje na fungovanie signál srdcovej frekvencie.
- Ak konzola neprijíma signál srdcovej frekvencie, v hlavnom okne sa zobrazí otáznik a symbol srdca.
- Ak je srdcová frekvencia stratená dlhšie ako 5 sekúnd, program sa automaticky prepne do režimu pauzy.

Rýchla rada

- Program „Kontrola srdcovej frekvencie“ funguje najlepšie, ak sú nastavené správne.

Ovládanie výkonu v wattoch (W)

- Pomocou funkcie Dial Up/Down vyberte tréningový program, vyberte Watt Control (W) a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou funkcie Dial Up/Down nastavte cieľový výkon: 120 je predvolená hodnota
  Rozsah nastavenia: 10~350 ± 10, potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou tlačidla Dial Up/Down (Hore/Dole) prednastavte tréningový čas. Rozsah nastavenia: 1:00 ~ 99:00 minút (± 1:00), potvrďte stlačením tlačidla MODE.

- Stlačte tlačidlo START/STOP na spustenie tréningu.
- Stlačením tlačidla RESET sa vrátite do hlavného menu.

V režime Watt sa napätie automaticky nastaví na necitlivosť v bode, kde Watt dosiahne prednastavenú cieľovú hodnotu Watt.

!! POZNÁMKA

- Parameter Watt sa počíta na základe otáčok za minútu (RPM) a úrovne napätia.
  Pri vyšších otáčkach bude napätie nižšie. Pri nižších otáčkach bude napätie vyššie.

Užívateľský program (U)

Režim programovania používateľom.

Vždy sa otvorí zvolený užívateľský program v režime programovania.

- Pomocou funkcie Dial Up/Down vyberte tréningový program, vyberte užívateľský profil (U) a potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Pomocou funkcie Dial Up/Down (Nastavenie nahor/nadol) nastavte úroveň napätia pre prvý segment profilu. Potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Zopakujte rovnaký postup pre ostatné úrovne napätia segmentov profilu profilu.

!! POZNÁMKA

- Každý segment, ktorý naprogramujete a potvrdíte stlačením tlačidla „Mode“ sa automaticky uloží.
- Predprogramovaný užívateľský program nemožno vymazať, ale je možné ho prepísať a profil aktualizovať kedykoľvek podľa vašich potrieb.

Spustenie užívateľského programu

- V režime programovania stlačte a podržte tlačidlo MODE na 2 sekundy v ľubovoľnej fáze režimu programovania, aby sa otvoril režim programovania času.
- Pomocou tlačidiel Dial Up/Down (Hore/Dole) nastavte predvolený čas tréningu. Rozsah nastavenia: 1:00 ~ 99:00 minút (± 1:00). Potvrďte stlačením tlačidla MODE.
- Stlačte tlačidlo START/STOP, aby ste začali tréning.
- Stlačením tlačidla RESET sa vrátite do hlavného menu.

V režime profilu používateľského programu sa napätie automaticky nastaví podľa prednastaveného profilu.
Dĺžka každého segmentu v profile je 1/8 prednastaveného času tréningu.

!! POZNÁMKA

- Pre každý profil používateľa je k dispozícii len 1 používateľský program. Pozrite si časť „Nastavenia používateľa“.

Recovery

Funkcia zotavenia slúži na zaznamenávanie stavu vášho srdca meraním rýchlosti zotavenia srdcovej frekvencie v úderoch za minútu. Čím rýchlejšie sa vaša srdcová frekvencia vráti do normálu, tým lepší je váš stav. Preto je najlepšie používať túto funkciu ihneď po tréningu.

- Tlačidlo RECOVERY je platné len v prípade, ak je zaznamenaný pulz.
- TIME zobrazuje „0:60“ (sekundy) a odpočítava do 0.
- Po odpočítavaní sa na displeji počítača zobrazia písmená F1 až F6, ktoré slúžia na testovanie stavu zotavenia srdcovej frekvencie. Používateľ môže určiť úroveň zotavenia srdcovej frekvencie podľa tabuľky nižšie.
- Stlačením tlačidla RECOVERY sa vrátite na začiatok.

Ako čítať výsledky testu.

Výsledok je založený na vašej srdcovej frekvencii. Počas fyzickej aktivity sa vaša srdcová frekvencia zvyšuje v úderoch za minútu (BPM).
Po ukončení cvičenia sa vaša srdcová frekvencia stabilizuje na normálnu hodnotu. Čím rýchlejšie sa vaša srdcová frekvencia stabilizuje, tým lepší je stav vášho srdca. Ak vaša srdcová frekvencia klesne počas testovacej minúty najmenej o 50 BPM, výsledok bude F1.
Ak vaša srdcová frekvencia klesne počas testu o 41 až 50 BPM, výsledok bude F2 a tak ďalej.

F1	Skvelé	50+ úderov za minútu
F2	Vynikajúce	41 ~ 50 tepov za minútu
F3	Dobré	31~ 40 BPM
F4	Priemerná	21 ~ 30 BPM
F5	Podpriemerná	11 ~ 20 BPM
F6	Slabý	0 ~ 10 BPM

!! POZNÁMKA

- Údaje o výsledkoch „zotavenia“ môžu byť použité iba na osobné účely a nemajú žiadnu medicínsku hodnotu.
- Ak sa počas testu zvýšila vaša srdcová frekvencia, zobrazí sa aj F6.

Telesný tuk

- Stlačte tlačidlo BODY FAT (Telesný tuk) na spustenie merania telesného tuku.
- Počas merania musíte držať obe ruky na držadlách. LCD displej „-“ „- -“ „- - -“ „ ----------“ po dobu 8 sekúnd , kým počítač nedokončí meranie.
- Na LCD displeji sa zobrazí váš BMI a % TUKU.

Chybové kódy režimu telesného tuku

- *E-1
  Nebola zaznamenaná žiadna srdcová frekvencia.
- *E-4
  Vyskytuje sa, keď sú výsledky FAT% a BMI nižšie ako 5 alebo vyššie ako 50.

Rýchla rada

- Funkcia merania „Telesný tuk a BMI“ funguje najlepšie, keď sú parametre používateľa nastavené správne.

Bluetooth a aplikácia

- Táto konzola sa môže pripojiť k aplikácii na inteligentnom zariadení cez Bluetooth (iOS a Android).
  - Bluetooth pripojenie nadviažte iba prostredníctvom režimu pripojenie v aplikácii nainštalovanej vo vašom inteligentnom zariadení.
- Po nadviazaní Bluetooth pripojenia medzi aplikáciou a konzolou sa displej konzoly zhasne.

!! POZNÁMKA

- Spoločnosť Tunturi poskytuje možnosť pripojiť prostredníctvom Bluetooth. Spoločnosť Tunturi preto nemôže niesť zodpovednosť za poškodenie alebo nesprávnu funkciu iných produktov ako produktov Tunturi.
- Ďalšie informácie nájdete na webovej stránke.

Táto konzola môže prijímať signály z Bluetooth vysielača srdcovej frekvencie. Nie je potrebné spárovať zariadenie, pretože konzola automaticky zistí vysielač srdcovej frekvencie, keď je v dosahu.

Použitie

Pokyny na nastavenie odporu

- Otočte 8-stupňovým ovládačom odporu (44) tak, aby šípka smerovala na číslo prevodového stupňa, ako je znázornené na obr. D-4.
- Otáčaním v smere hodinových ručičiek postupne zvyšujete odpor.
- Otáčaním proti smeru hodinových ručičiek postupne znižujete odpor.
- Číslo 8 má najvyšší odpor a číslo 1 má najnižší odpor.

Pokyny na výmenu batérie

Ak je potrebné vymeniť batériu, ako je znázornené na obr. D-3, rukou vytlačte monitor (43) nahor z krytu (45), vyberte monitor (43), vymeňte batériu za novú a potom vráťte monitor (43) späť do krytu (45).

!! POZNÁMKA

- Vybitá batéria by sa mala vždy recyklovať v súlade s miestnymi predpismi, aby sa zabránilo poškodeniu životného prostredia.

⚠ UPOZORNENIE

- Nevystavujte batérie extrémnym teplotným zmenám, aby nedošlo k vytečeniu batérie.
- Aby ste zabránili vytečeniu batérií, vyberte ich, ak plánujete na dlhšiu dobu.
- Pri vkladaní viacerých batérií do zariadenia vždy používajte batérie rovnakej značky, typu a úrovne energie.

Použitie pridaného remienka

Mini bicykel je vybavený protišmykovými nožičkami, ale ak máte pocit, že mini bicykel kĺže, môžete pridať popruh pre väčšiu stabilitu. Popruh môžete pripevniť k stoličke, ako je znázornené na obr. D-5.

Čistenie a údržba

Zariadenie nevyžaduje žiadnu špeciálnu údržbu. Zariadenie nevyžaduje rekalibráciu, ak je zmontované, používané a udržiavané podľa pokynov.

⚠ UPOZORNENIE

- Na čistenie zariadenia nepoužívajte rozpúšťadlá.
- Deti by nemali čistiť ani udržiavať zariadenie bez dozoru.
- Zariadenie po každom použití očistite mäkkou, savou handričkou.
- Pravidelne kontrolujte, či sú všetky skrutky a matice dotiahnuté.

Poruchy a nesprávna funkcia

Napriek neustálej kontrole kvality sa v zariadení môžu vyskytnúť poruchy a nesprávne fungovanie spôsobené jednotlivými komponentmi. Vo väčšine prípadov stačí vymeniť chybný komponent.

- Ak zariadenie nefunguje správne, okamžite kontaktujte svojho predajcu.
- Predajcovi poskytnite číslo modelu a sériové číslo zariadenia. Opíšte povahu problému, podmienky používania a dátum nákupu.

Preprava a skladovanie

⚠ VAROVANIE

- So zariadením zaobchádzajte a premiestňujte ho opatrne.
- Zariadenie premiestňujte a umiestňujte opatrne.
- Zariadenie umiestnite na ochrannú podložku, aby nedošlo k poškodeniu povrchu podlahy.
- Pri presúvaní a zdvíhaní zariadenia na nerovných povrchoch buďte opatrní.
- Zariadenie neprenášajte uchopením pedálov, ale použite určené držadlo na hornej strane krytu.
- Zariadenie skladujte na suchom mieste s minimálnymi teplotnými výkyvmi.

Záruka

Záruka pre kupujúcich Tunturi

Záručné podmienky

Spotrebiteľ má nárok na príslušné zákonné práva stanovené v národnej legislatíve týkajúcej sa predaja spotrebného tovaru. Táto záruka neobmedzuje tieto práva. Záruka kupujúceho
To platí len v prípade, ak je zariadenie používané v prostredí schválenom spoločnosťou Tunturi New Fitness BV a je udržiavané v súlade s pokynmi pre dané zariadenie. Schválené prostredie a pokyny na údržbu konkrétneho produktu sú uvedené v „návode na použitie“ produktu. „Návod na použitie“ si môžete stiahnuť z našej webovej stránky. http://manuals.tunturi.com

Záručné podmienky

Záručné podmienky platia odo dňa zakúpenia. Záručné podmienky sa môžu v jednotlivých krajinách líšiť, preto sa informujte o záručných podmienkach u svojho miestneho predajcu.

Záručné krytie

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV ani distribútor Tunturi nezodpovedajú na základe tejto záruky ani inak za žiadne osobitné, nepriame, náhodné alebo následné škody akéhokoľvek druhu, ktoré vzniknú v dôsledku používania alebo nemožnosti používania tohto zariadenia.

Obmedzenie záruky

Táto záruka sa vzťahuje na výrobné vady fitness zariadení v pôvodnom balení od spoločnosti Tunturi New Fitness BV. Záruka sa vzťahuje iba na bežné, odporúčané používanie produktu, ako je uvedené v používateľskej príručke, a za predpokladu, že boli dodržané pokyny spoločnosti Tunturi New Fitness BV týkajúce sa inštalácie, údržby a používania. Spoločnosť Tunturi New Fitness BV ani distribútori spoločnosti Tunturi nezodpovedajú za vady spôsobené príčinami, ktoré nemôžu ovplyvniť. Záruka sa vzťahuje iba na pôvodného kupujúceho a platí iba v krajinách, kde má spoločnosť Tunturi New Fitness BV autorizovaného dovozcu. Záruka sa nevzťahuje na fitness zariadenia alebo komponenty, ktoré boli upravené bez súhlasu spoločnosti Tunturi New Fitness BV.

BV. Záruka sa nevzťahuje na vady spôsobené bežným opotrebením, nesprávnym používaním, zneužívaním, koróziou alebo poškodením spôsobeným pri nakladaní alebo preprave.

Záruka sa nevzťahuje na zvuky alebo hluky vydávané počas používania, pokiaľ tieto zvuky alebo hluky výrazne nebránia používaniu zariadenia a nie sú spôsobené poruchou zariadenia. Záruka sa nevzťahuje na vady vyplývajúce z nevykonávania pravidelnej údržby uvedenej v používateľskej príručke k produktu. Záruka sa ďalej nevzťahuje na vady vyplývajúce z používania a skladovania v nevhodnom prostredí, ako je uvedené v návode na použitie, ktoré by malo byť vnútorné, suché,
bez prachu a piesku a v teplotnom rozsahu od +15 °C do +35 °C. Záruka sa nevzťahuje na údržbové činnosti, ako je čistenie, mazanie a bežné nastavovanie dielov, ani na inštaláciu.

Postupy, ktoré môžu zákazníci vykonávať sami, ako je výmena jednoduchých meradiel, pedálov a iných podobných častí, ktoré nevyžadujú demontáž/montáž fitness zariadenia. Záručné opravy vykonané inými subjektmi ako autorizovanými zástupcami spoločnosti Tunturi nie sú kryté zárukou. Nedodržanie pokynov v používateľskej príručke má za následok zrušenie záruky na výrobok.

Technické údaje

Parameter	Jednotka	Hodnota
Dĺžka	cm palec	51,5 20,3
Šírka	cm palce	45 17,7
Výška	cm palce	35 13,8
Hmotnosť	kg lbs	8,6 19
Max. hmotnosť používateľa	kg lbs	100 220
Veľkosť batérie	2	AAA

Vyhlásenie výrobcu

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV vyhlasuje, že mini bicykel Cardio Fit M40 spĺňa nasledujúce normy a smernice:

- Smernica RoHS (2011/65/EÚ)
- Všeobecné nariadenie o bezpečnosti výrobkov (GPSR) – (EÚ) 2023/988
- Nariadenie o batériách (EÚ) 2023/1542

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV týmto vyhlasuje, že rádiové zariadenie rádio zariadenie mini bicykla Cardio Fit M40 spĺňa požiadavky smernice 2014/53/EÚ.

Úplné znenie vyhlásenia EÚ o zhode je k dispozícii na tejto internetovej adrese: https://doc.tunturi.com

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere Holandsko

Vyhlásenie

© 2024 Tunturi New Fitness BV Všetky práva vyhradené.

- Produkt a pokyny sa môžu zmeniť.
- Špecifikácie sa môžu zmeniť bez predchádzajúceho upozornenia.
- Najnovšiu verziu používateľskej príručky nájdete na našej webovej stránke.

Index

Welcome **24**

Safety warnings **24**

Assembly instructions **24**
Description illustration A 24
Description illustration B 24
Description illustration C 25
Description illustration D 25
Additional assembly information 25
Additional environmental information 25

Console (fig F) **25**
Explanation Display functions 25
Explanation of buttons 26
Operation 26

Programs **27**
Set user 27
Manual mode 27
Program profile 1~12 27
Heart rate control 27
Watt Control (W) 28
User program (U) 28
Recovery 28
Body Fat 28
Bluetooth & APP 29

Use **29**
Resistance Adjustment Instructions 29
Battery Replacement Instructions 29
Using the added strap 29

Cleaning and maintenance **29**
Defects and malfunctions 29
Transport and storage 29

Warranty **29**

Technical data **30**

Declaration of the manufacturer **30**

Disclaimer **30**

Welcome

Welcome to the world of Tunturi!
Thank you for purchasing this piece of Tunturi equipment.
Tunturi offers a wide range of home fitness equipment, including crosstrainers, treadmills, exercise bikes and rowers. The Tunturi equipment is suitable for the entire family, no matter what fitness level. For more information, please visit our website www.tunturi.com

Important Safety Instructions
This Owner's Manual is an essential part of your training equipment: reading all instructions in this manual before you start using this appliance. The following precautions must always be followed:

Safety warnings

⚠ WARNING

- Read the safety warnings and the instructions. Failure to follow the safety warnings and the instructions can cause personal injury or damage to the equipment. Keep the safety warnings and the instructions for future reference.

- The equipment is suitable for domestic use only. The equipment is not suitable for commercial use.
- Max. usage is limited to 2 hrs a day.
- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- Before starting your workout, consult a physician to check your health.
- If you experience nausea, dizziness or other abnormal symptoms, immediately stop your workout and consult a physician.
- To avoid muscular pain and strain, start each workout by warming up and finish each workout by cooling down. Remember to stretch at the end of the workout.
- The equipment is suitable for indoor use only. The equipment is not suitable for outdoor use.
- Only use the equipment in environments with adequate ventilation. Do not use the equipment in draughty environments in order not to catch a cold.
- Only use the equipment in environments with ambient temperatures between 10°C~35°C / 59°F~95°F.
  Only store the equipment in environments with ambient temperatures between 5°C~45°C / 41°F~113°F.
- Do not use or store the equipment in humid surroundings. The air humidity must never be more than 80%.
- Only use the equipment for its intended purpose. Do not use the equipment for other purposes than described in the manual.
- Do not use the equipment if any part is damaged or defective. If a part is damaged or defective, contact your dealer.
- Keep your hands, feet and other body parts away from the moving parts.
- Keep your hair away from the moving parts.
- Wear appropriate clothing and shoes.
- Keep clothing, jewellery and other objects away from the moving parts.
- Make sure that only one person uses the equipment at a Time. The equipment must not be used by persons weighing more than 120 kg (264lbs).
- Do not open equipment without consulting your dealer.

Assembly instructions

Description illustration A

The illustration shows what the trainer will looks like after the assembly is completed.
You can use this as a reference during your assembly, but do follow the assembly steps always in the correct sequence as showed in the illustrations.

Description illustration B

The illustration shows what components and parts you should find when un-boxing your product.

‼ NOTE
- Small parts can be hidden/ packed in hollow spaces used as the product protective materials.
- If a part is missing, contact your dealer.

Description illustration C

The illustration shows the hardware kit that comes with your product. The hardware kit contains bolts, washers, screws , nuts etc. and the required tools to properly fit your trainer.

Description illustration D

The illustrations shows you in the correct following order how to assembly your trainer best.

⚠ WARNING
- Assemble the equipment in the given order.
- Carry and move the equipment with at least two persons.

⚠ CAUTION
- Place the equipment on a firm, level surface.
- Place the equipment on a protective base to prevent damage to the floor surface.
- Allow at least 100 cm of clearance around the equipment.
- Refer to the illustrations for the correct assembly of the equipment.

‼ NOTE
- Save the tools provided with this product, after you completed the product assembly, for future service purposes.

Additional assembly information

D2 How to fit the pedals correctly

‼ NOTE
- Right and left side are determined from an exercising positions perspective.

Right hand pedal

Find the “R” or “L” mark on the pedal axle
- Fit the right hand pedal “R” into the right hand crank.
- Firstly turn the pedal axle in clockwise direction by hand.
- Use the wrench to fully tighten the pedal.

Left hand pedal
- Fit the left hand pedal “L” into the left hand crank.
- Firstly turn the pedal axle in counter-clockwise direction by hand.
- Use the wrench to fully tighten the pedal.

Click to see our supportive YouTube video
https://youtu.be/Devel2ZhCAc

‼ NOTE
- Save the tools provided with this product, after you completed the product assemly, for future service purposses.

Additional environmental information

Packaging disposal

Government guidelines ask that we reduce the amount of waste material disposed of in land fill sites. We therefore ask that you dispose of all packaging waste responsibly at public recycling centres.

End of life disposal

We at Tunturi hope you enjoy many years of enjoyable use from your fitness trainer. However, a Time will come when your fitness trainer will come to the end of its useful life. Under ‘European WEEE Legislation you are responsible for the appropriate disposal of your fitness trainer to a recognised public collection facility.

Console (fig F)



1. Display
2. Tablet/ book support
3. Buttons

⚠ CAUTION
- Keep the console away from direct sunlight.
- Dry the surface of the console when it is covered with drops of sweat.
- Do not lean on the console.
- Only touch the display with the tip of your finger. Make sure that your nails or sharp objects do not touch the display.

‼ NOTE
- The console switches to standby mode when the equipment is not used for 4 minutes.

Explanation Display functions

Time
- Without setting the target value, time will count up.
- When setting the target value, time will count down from your target time to 0 and alarm will sound or flash.
- Display range: 0:00~99:59

Speed
- Displays current training speed.
  Display range: 0.0 ~ 99.9
- Without any signal being transmitted into the monitor for 4 seconds during workout, SPEED will display “0.0”

RPM
- Displays the Rotation Per Minute.
  Display range: 0~15~999
- Without any signal being transmitted into the monitor for 4 seconds during workout, RPM will display “0”

Watt
- Display current workout watts.
- Display range: 0 ~ 999

- ▲ Symbol is displayed in Watt window when set target Watt is lower than current workout watt output.
  You pedal too fast, or set target is too low.

- ▼ Symbol is displayed in Watt window when set target Watt is higher than current workout watt output.
  You pedal too slow, or set target is too high.

Level
- Shows tension level setting, when adjusting resistance, for 3 seconds.

Distance
- Without setting the target value, distance will count up.
- When setting the target value, distance will count down from your target distance to 0 with an alarm sound or flash.
- Display range: 0.00~99.99

Calories
- Without setting the target value, calorie will count up.
- When setting the target value, calories will count down from your target calorie to 0 with an alarm sound or flash.
- Display range: 0~999.

NOTE
- This data is a rough guide for comparison of different exercise sessions which cannot be used in medical treatment

Pulse
- Current pulse will display after 6 seconds when detected by the console.
- Without any pulse signal for 6 seconds, console will display "P".
- Pulse alarm will sound when current pulse is over the target pulse.
- Display range: 0-30~230 BPM

BAI ™
- Display BAI consumption BAI value during workout.
- Display range 0~999

NOTE
- BAI (Body Activity Index) is the sum up of effective training volume.
- Training volume = Training Intensity x Training time.

BAI calculates effective training volume based on your heart rate, age, gender and duration.
During the workout, you can see BAI accumulates. As soon as you complete a workout session, you can obtain a total BAI point of this session, which is the total effective training volume of this session.
If you train harder, higher heart rate zone, you get BAI points faster. If you train less hard, lower heart rate zone, you get BAI points slow.
We recommend to workout by accumulating 100 BAI points every week to enhance your cardio capability.

Centre display
- Top digits shows workout parameters in larger font. When display is in Scan mode, each parameter will be displayed for a few seconds. Displayed value name will blink in dedicated window.
- Lower Dot display will show the program profile intensity curve graphically.
  * In tension control: Each dot represents 2 tension levels.
  * In HRC mode: Each dot represents a tension level as if it was tension controlled.
  * In Watt mode: Each dot represents a tension level as if it was tension controlled.

Explanation of buttons

Up (Dail)
- Increase resistance level
- Setting selection.

Down (Dail)
- Decrease resistance level
- Setting selection.

Mode/ Enter
- Confirm setting or selection.
- Stop display scan function, and fix current parameter in centre display.
- Go to next parameter when being in Fixed display mode.

NOTE
- When stopped the scan mode by fixing a specific parameter, there is no way to activate the "scan" function again, other than quickly press "Start/ Stop" twice to rapidly pause and restart your workout again.

Reset
- In setting mode, press RESET key once to reset the current function figures.
- Press RESET key and hold for 3 seconds to reset all function figures

Start/ Stop
- Start or Stop workout

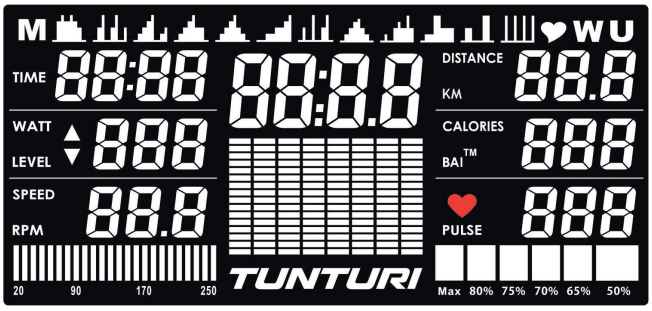
Body Fat
- Test body fat% and BMI in stop mode.

Recovery
- After the console detects pulse signal, press the RECOVERY key to enter recovery mode to monitor heart rate recovery ability

Operation

Power on
- Plug in power supply to power on computer.
- Press any key to power on the console when being in sleep mode..
- Start pedalling to power on the console when being in sleep mode.

LCD will display all segments



NOTE
- The console switches to sleep mode when the equipment is not used for 4 minutes.

Sleep mode
When the console is in sleep mode, all information windows are blacked out as if it is in off mode.

Power off
- To power off the trainer it is required to remove the power source from the trainer.

Workout selection
Use Dial UP/ DOWN to select:

M	Manual
P1 ~ P12	Program profile 1 ~ 12
♥	Heart rate control
W	Watt control
U	User program

Programs

Quick start

- Press START/ STOP key to start your workout without any pre-set setting.
- Use Dial UP/ DOWN to adjust resistant level during workout.

End or Pause your workout

- Press START/ STOP in workout mode to stop/ pause your workout. To resume your workout press START/ STOP button in pause mode.
- Press RESET key (in Pause mode) to reset all workout data.
- Press and hold RESET key for over 3 seconds to reset console. (Active training data will be lost)

QUICK TIP

- When being in Pause mode, you can use the "Mode/ Dial button" to adjust your set goals.
- Press mode to select: Time/ Distance/ Calories and or Pulse.
- Turn dial to set the goal as preferred, and press "Mode" to select first next parameter to change if required, or press "Start/ Stop" button to resume workout.

Set user

A user can be selected when console is in "Start up"mode.
When console is in functional mode, Press and hold "RESET" key for over 3 seconds, to restart console and turn to "Start up' mode.
You see "U1" blinking (or last selected user U1~U4).

- Select user, turn dial to select U1~U4, confirm by press MODE.
- Select Gender, turn dial to select ♂ (Male)/ ♀ (Female), confirm by press MODE.
- Set Age (A), turn dial to select Setting range: 1~99 ±1, confirm by press MODE.
- Set Height (H), turn dial to select Setting range: 100~200 cm ±1, confirm by press MODE.
- Set Weight (W), turn dial to select Setting range: 20~150 kg ±1, confirm by press MODE.

NOTE

- Setting correct user parameters is required for the : Correct heart rate target program functionality. Correct body fat en BMI measurement function.
- Selecting a user determines what "User programs" will be loaded. See "User Program"

Manual mode

- Use Dial Up/ Down function to select workout program, Select M (manual) mode, confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down function to set the tension level, confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training time, Setting range: 1:00 ~ 99:00 minutes (± 1:00) confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training Distance, Setting range: 1.0 ~ 99.0 Km. minutes (± 1.0) Confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training Calories, Setting range: 10 ~990 Cal. (± 10) Confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to set a limit for Pulse, Setting range: 30 ~230 BPM (± 1) confirm by press MODE.

NOTE

- When setting more than one goal, the training will end at first achieved goal.
- Leave a goal blank and it will not be seen as a pre-set limit.
- When setting a pulse limit, the workout will not stop when exceeding the set limit. An acoustic alarm will notify the user when exceeding the limit as a warning.

- Press START/ STOP key to start workout
- Use Dial UP/ DOWN key to adjust resistance level. Load level is shown in LEVEL window.

Program profile 1~12

- Use Dial Up/ Down function to select workout program, Select one of the pre-set profiles, confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down function to set the tension level, confirm by press MODE. The complete profile will be scaled incrementally
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training time, Setting range: 1:00 ~ 99:00 minutes (± 1:00) confirm by press MODE.

- Press START/ STOP key to start workout
- Use Dial UP/ DOWN key to adjust resistance level. The complete profile will be scaled proportionally Load level is shown in LEVEL window.

In Program profile mode, the tension will be adjusted automatically to a pre set profile.

NOTE

- The duration of each segment in the profile is 1/8 of your pre set training time.
- If no training time is set, the duration of each segment will be ± 20 seconds, and will restart the profile again repeatedly until you stop the workout yourself.

Heart rate control

- Use Dial Up/ Down function to select workout program, Select HRC (heart icon), confirm by press MODE.

Use Dial Up/ Down function to set the HRC target:

55%	=	55% of the sum (220 minus *Age)
75%	=	75% of the sum (220 minus *Age
90%	=	90% of the sum (220 minus *Age)
TA	=	Target (Default 100)

*Age parameter needs to be set in "Set User".

confirm by press MODE.

- When set TA, Use Dial Up/ Down function to set target (30~230), confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training time, Setting range: 1:00 ~ 99:00 minutes (± 1:00) confirm by press MODE.

TUNTURI®

- Press START/ STOP key to start workout
- Use RESET, to go back to main menu.

In Cardio mode, the tension will be adjusted automatically to an insensitivity in where your hart rate reaches the Pre set HRC target.

NOTE
- The Cardio mode requires a heart rate signal to function.
- Question mark and heart Symbol is shown in main window when the heart rate signal is not received by console to notify.
- When heart rate is lost for over 5 seconds, the program will shut in pause mode automatically.

QUICK TIP
- The "Heart rate control" program works best when the user settings are set correctly.

Watt Control (W)

- Use Dial Up/ Down function to select workout program, Select Watt Control (W),
  confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down function to set the Watt target:
  120 is pre-set default
  Setting range: 10~350 ± 10, confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training time,
  Setting range: 1:00 ~ 99:00 minutes (± 1:00)
  confirm by press MODE.

- Press START/ STOP key to start workout
- Use RESET, to go back to main menu.

In Watt mode, the tension will be adjusted automatically to an insensitivity in where the Watt reaches the Pre set Watt target.

NOTE
- The Watt parameter is a calculation of RPM and Tension level.
  When RPM is higher, the tension will be lower.
  When RPM is lower, the tension will be higher.

User program (U)

User programming mode.

A user program selected always opens in programming mode.
- Use Dial Up/ Down function to select workout program,
  Select User Profile (U),
  confirm by press MODE.
- Use Dial Up/ Down function to set the tension level for the first profile segment.
  Confirm by press MODE.
- Repeat the rest of the profile segment tension levels too in the same manner.

NOTE
- Each segment you program, and confirm by pressing "Mode" button is automatically stored.
- A pre programmed user program cannot be erased, but can be overwritten to update the profile to your needs at all times.

Start a User program

- When being in programming mode, press and hold MODE button for 2 seconds at any stage of the programming mode, to open time programming mode.
- Use Dial Up/ Down key to pre-set training time,
  Setting range: 1:00 ~ 99:00 minutes (± 1:00)
  confirm by press MODE.
- Press START/ STOP key to start workout
- Use RESET, to go back to main menu.

In User Program profile mode, the tension will be adjusted automatically to the pre set profile.
The duration of each segment in the profile is 1/8 of your pre set training time.

NOTE
- There is only 1 user program available per user profile.
  See "Set User"

Recovery

The recovery function is to register the cardiac condition by measuring the recovery speed of your heart rate in beats per minute. The faster your heart rate drops to normal, the better your condition. Therefore this function should be used best directly after your workout.

- The RECOVERY key will only be valid if pulse is detected.
- TIME will show „0:60" (seconds) and counts down to 0.
- Computer will show F1 to F6 after the countdown to test heart rate recovery status. User can find the heart rate recovery level based on the chart below.
- Press RECOVERY key again to return to the beginning.

How to read the test result.

The result is based on your cardiac heart rate condition. When being active your heart rate increases in Beats Per Minute (BPM).
When you end your workout, your heart rate will stabilize to normal.
The faster your heart-rate stabilizes the better your cardiac condition.
When your heart rate drops with at least 50 BPM in the test minute, your result will read F1.
When your heart rate drops in between 41~50 bpm in the test minute, your result will read F2.
And so on.

F1	Outstanding	50+ BPM
F2	Excellent	41 ~ 50 BPM
F3	Good	31~ 40 BPM
F4	Fair	21 ~ 30 BPM
F5	Below average	11 ~ 20 BPM
F6	Poor	0 ~ 10 BPM

NOTE
- The "Recovery" result data can only be used as a personal reference, and does not have any medical value.
- When your heart rate increased in the test minute, it will read F6 too.

Body Fat

- Press the BODY FAT key to start body fat measurement.
- During measuring, users have to hold both hands on the hand grips. LCD display "-" "- -" "- - -" "- - - -" for 8 seconds until computer finish measuring.
- LCD will display BMI and FAT %.

Body fat mode error codes

- *E-1
  There is no heart rate signal input detected.
- *E-4
  Occurs when FAT% and BMI result is below 5 or exceeds 50.

QUICK TIP
- The "Body Fat & BMI" measuring function works best when the user settings are set correctly.

Bluetooth & APP

- This console can connect with an APP on a smart device by Bluetooth (iOS & Android).
- Establish the Bluetooth connection only via the connection mode on the installed APP on your smart device.
- When the bluetooth connection between APP and console is established the console display will be dimmed.

‼ NOTE
- Tunturi only provides the option to connect your fitness console throughout a bluetooth connection. Therefore Tunturi cannot be held responsible for damage, or malfunctioning of products other than Tunturi products.
- Check the website for extra information.

This console can receive a Bluetooth heart-rate transmitter.
There is no need to pair the device, as the console will auto detect the heart-rate transmitter when it is in range.

Use

Resistance Adjustment Instructions

- Rotate 8-level resistance controller (44) with the arrow aligned with the gear number as shown in Fig. D-4.
- Turn clockwise to gradually increase resistance.
- Rotate counter-clockwise to gradually decrease resistance.
- The number 8 has the highest resistance and the number 1 has the lowest resistance.

Battery Replacement Instructions

When it is necessary to replace the battery, as shown in Fig. D-3, use your hand to force the monitor(43) upward out of the chain cover (45), eject the monitor (43), replace the battery with a new one, and then put the monitor (43) back on the chain cover (45).

‼ NOTE
- Empty batteries should always be recycled per your Local legal regulations to save the environment.

⚠ WARNING
- Do not expose batteries to big temperature changes to prevent the batteries from leaking.
- To prevent your batteries from leaking, take them out if you plan on not using your device for longer periods of time.
- When inserting multiple batteries into a device, always use the same brand, the same type, and the same energy level.

Using the added strap

The mini bike is equiped with antislip feet, but if you feel like the mini bike is slipping away you can add a strap for extra support. You can connect the strap to a chair as seen in Fig. D-5.

Cleaning and maintenance

The equipment does not require special maintenance. The equipment does not require recalibration when it is assembled, used and serviced according to the instructions.

⚠ WARNING
- Do not use solvents to clean the equipment.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- Clean the equipment with a soft, absorbent cloth after each use.
- Regularly check that all screws and nuts are tight.

Defects and malfunctions

Despite continuous quality control, defects and malfunctions caused by individual parts can occur in the equipment. In most cases, it will be sufficient to replace the defective part.
- If the equipment does not function properly, immediately contact the dealer.
- Provide the model number and the serial number of the equipment to the dealer. State the nature of the problem, conditions of use and purchase date.

Transport and storage

⚠ WARNING
- Carry and move the equipment with care.
- Move the equipment and carefully put the equipment down.
- Place the equipment on a protective base to prevent damage to the floor surface.
- Move and lift the equipment carefully over uneven surfaces.
- Do not move the equipment by grabbing the pedals, but use the assigned handle on top of the housing.
- Store the equipment in a dry place with as little temperature variation as possible.

Warranty

Tunturi purchaser's warranty

Warranty terms
The consumer is entitled to the applicable legal rights stated in the national legislation concerning the commerce of consumer goods. This warranty does not restrict these rights. The Purchaser's Warranty is only valid if the item is used in an environment approved by Tunturi New Fitness BV, and is maintained as instructed for that particular equipment. The product-specific approved environment and maintenance instructions are stated in the "user manual" of the product. The "user manual" can be downloaded from our website. http://manuals.tunturi.com

Warranty conditions
The warranty conditions commence from the date of purchase. Warranty conditions may vary per country, so please consult your local dealer for the warranty conditions.

Warranty coverage
Under no circumstances shall Tunturi New Fitness BV or the Tunturi Distributor be liable by virtue of this warranty or otherwise for any special, indirect, secondary or consequential damages of any nature arising out of any use or inability to use this equipment.

Warranty limitations
This warranty covers manufacturing defects in the fitness equipment as originally packed by Tunturi New Fitness BV. The warranty shall apply only under conditions of normal, recommended use of the product as described in the Owner's Manual and providing that Tunturi New Fitness BV's instructions for installation, maintenance and use have been complied with. Neither Tunturi New Fitness BV's nor the Tunturi Distributors'
obligations apply to defects due to reasons beyond their control. The warranty applies only to the original purchaser and is valid only in countries where Tunturi New Fitness BV has an authorised importer. The warranty does not extend to fitness equipment or components that have been modified without the consent of Tunturi New Fitness

BV. Defects resulting from normal wear, misuse, abuse, corrosion, or damage incurred during loading or transportation are not covered.

The warranty does not cover sounds or noises emitted during use where these do not substantially impede the use of the equipment and where they are not caused by a fault in the equipment. The warranty does not cover defects arising from the failure to carry periodic maintenance as outlined within the Owner's Manual for the product. Furthermore, the warranty does not cover defects arising from usage and storage within an unsuitable environment as described within the Owner's Manual which should be indoors, dry, dust and grit free and within a temperature range of +15°C to +35°C. The warranty does not cover maintenance activities, such as cleaning, lubricating, and normal part adjustments, nor installation

procedures that customers can accomplish themselves, such as changing uncomplicated meters, pedals and other similar parts not requiring any dismantling/reassembling of the fitness equipment. Warranty repairs carried out by other than authorised Tunturi representatives are not covered.
Failure to follow the instructions given in the Owner's Manual will invalidate the product's warranty.

Technical data

Parameter	Unit of measurement	Value
Length	cm inch	51.5 20.3
Width	cm inch	45.0 17.7
Height	cm inch	35.0 13.8
Weight	kg lbs	8.6 19
Max. user weight	kg lbs	100 220
Battery size	2x	AAA

Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the Cardio Fit M40 mini bike 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 Cardio Fit M40 mini bike 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

Disclaimer

© 2024 Tunturi New Fitness BV
All rights reserved.

- The product and the manual are subject to change.
- Specifications can be changed without further notice.
- Check our website for the latest user manual version.

Deutsch
Diese deutsche Bedienungsanleitung ist ine Übersetzung des englischen Textes. Es können keine Rechte auf diese Übersetzung abgeleitet werden.

Index

Willkommen 31

Warnhinweise zur Sicherheit 31

Montageanleitungen 32
Beschreibung Abbildung A 32
Beschreibung Abbildung B 32
Beschreibung Abbildung C 32
Beschreibung Abbildung D 32

Zusätzliche Montagehinweise 32
Zusätzliche Umwelt Informationen 32

Konsole (Abb F) 32
Erläuterung der Anzeigefunktionen 32
Erläuterung der Schalter 33
Bedienung 33

Programme 33
Benutzer einstellen 33
Manual Modus 33
Programmprofil 1~12 34
Herzfrquenzkontrolle 34
Watt Kontrolle (W) 34
Benutzerprogramme (U) 34
Recovery (Erholung) 35
Body Fat (Körperfett) 35
Bluetooth & APP 35

Gebrauch 35
Widerstandseinstellanleitung 35
Batteriewechselanleitung 35
Verwendung des zusätzlichen Gurts 36

Reinigung und Wartung 36

Defekte und Funktionsstörungen 36
Transport und Lagerung 36

Garantie 36

Technische Daten 37

Herstellererklärung 37

Haftungsausschluss 37

Willkommen

Willkommen in der Welt von Tunturi!
Danke, dass Sie dieses Gerät von Tunturi erworben haben. Tunturi bietet eine breite Palette an Heim-Fitnessgeräten wie beispielsweise Crosstrainer, Laufbänder, Trainingsfahrräder und Rudergeräte an. Die Tunturi Geräte sind für die ganze Familie geeignet - ganz egal, wie fit man ist. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website unter www.tunturi.com

Wichtige sicherheitshinweise
Dieses Handbuch ist ein wesentlicher Bestandteil Ihres Trainingsgerätes. Lesen Sie es bitte sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Trainingsgerät montieren, mit ihm trainieren oder es warten. Bitte bewahren Sie dieses Handbuch auf; es wird Sie jetzt und zukünftig darüber informieren, wie Sie Ihr Gerät benutzen und warten. Befolgen Sie diese Anweisungen immer sorgfältig.

Warnhinweise zur Sicherheit

⚠ WARNUNG

- Lesen Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen. Werden die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen nicht befolgt, kann dies zu Personenverletzungen und Schäden am Gerät führen. Bewahren Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen zur künftigen Bezugnahme auf.

- Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch geeignet. Das Gerät ist nicht für den gewerblichen Gebrauch geeignet.
- Die maximale Verwendung ist auf 2 Stunden pro Tag beschränkt
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und von Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder Anweisungen zur sicheren Verwendung des Geräts erhalten haben und die damit verbundenen Gefahren verstehen.
- Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Falls Sie Übelkeit, ein Schwindelgefühl oder andere anormale Symptome verspüren, hören Sie unverzüglich mit Ihrem Training auf und wenden Sie sich an einen Arzt.
- Um einen Muskelkater zu vermeiden, starten Sie jedes Training mit Aufwärmen und beenden Sie es mit Abkühlen. Denken Sie daran, sich am Ende des Trainings zu dehnen.
- Das Gerät ist nur für den Gebrauch in geschlossenen Räumen geeignet. Das Gerät ist nicht für den Gebrauch im Freien geeignet.
- Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit ausreichender Belüftung. Verwenden Sie das Gerät nicht in zugiger Umgebung, damit Sie sich nicht erkälten.
- Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit Umgebungstemperaturen zwischen 10°C~35°C/ 50°F~95°F. Lagern Sie das Gerät nur in Umgebungen mit einer Umgebungstemperatur zwischen 5°C~45°C/ 41°F~113°F.
- Verwenden und lagern Sie das Gerät nicht in feuchten Umgebungen. Die Luftfeuchtigkeit darf niemals 80% überschreiten.
- Verwenden Sie das Gerät nur bestimmungsgemäß. Verwenden Sie das Gerät nicht für einen anderen als für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, falls Teile beschädigt oder defekt sind. Ist ein Teil beschädigt oder defekt, wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Halten Sie Ihre Hände, Füße und andere Körperteile von den beweglichen Teilen fern.
- Halten Sie Ihr Haar von den beweglichen Teilen fern.
- Tragen Sie entsprechende Kleidung und Schuhe.
- Halten Sie Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern.
- Vergewissern Sie sich, dass das Gerät nur von einer Person auf einmal verwendet wird. Das Gerät darf nicht von Personen verwendet werden, deren Gewicht 120 kg (264 lbs) überschreitet.
- Öffnen Sie das Gerät nicht, ohne vorher mit Ihrem Händler zu sprechen.

Montageanleitungen

Beschreibung Abbildung A

Die Abbildung zeigt, wie das Gerät nach der Montage aussehen wird. Sie können diese bei der Montage als Referenz verwenden, befolgen Sie die Montageschritte aber immer in der richtigen Reihenfolge, wie in den Abbildungen gezeigt.

Beschreibung Abbildung B

Die Abbildung zeigt, welche Komponenten und Teile in der Lieferung enthalten sein sollen.

!! HINWEIS
- Kleinteile können in Hohlräumen versteckt/verpackt werden, die als Schutzmaterial für das Produkt dienen.
- Fehlt ein Teil, wenden Sie sich an Ihren Händler.

Beschreibung Abbildung C

Die Abbildung zeigt den Zubehörsatz, der mit Ihrem Produkt geliefert wird.
Er enthält Schrauben, Unterlegscheiben, Muttern usw. sowie die erforderlichen Werkzeuge zur ordnungsgemäßen Montage Ihres Trainers.

Beschreibung Abbildung D

Die Abbildungen zeigen Ihnen in der richtigen Reihenfolge, wie Sie Ihren Trainer am besten montieren.

⚠ WARNUNG
- Bauen Sie das Gerät in der angegebenen Reihenfolge zusammen.
- Tragen und bewegen Sie das Gerät mit mindestens zwei Personen.

⚠ VORSICHT
- Stellen Sie das Gerät auf festen, ebenen Boden.
- Stellen Sie das Gerät auf eine schützende Unterlage, um Schäden am Bodenbelag zu vermeiden.
- Sorgen Sie rund um das Gerät für einen Freiraum von mindestens 100 cm.
- Der richtige Zusammenbau des Geräts geht aus den Abbildungen hervor.

!! HINWEIS
- Heben Sie die Werkzeuge für künftige Zwecke auf, die zu diesem Produkt geliefert wurden, wenn Sie die Montage beendet haben.

Zusätzliche Montagehinweise

D2 Pedale korrekt einsetzen

!! HINWEIS
- Rechte und linke Seite werden aus der Perspektive der Übungspositionen definiert.

Rechtes Handpedal
Suchen Sie die Markierung “R” oder “L” auf der Pedalachse
- Stecken Sie das rechte Handpedal “R” in die rechte Handkurbel.
- Drehen Sie zunächst die Pedalachse von Hand im Uhrzeigersinn.
- Verwenden Sie den Schraubenschlüssel, um das Pedal vollständig festzuziehen.

Linkes Handpedal
- Stecken Sie das linke Pedal “L” in die linke Handkurbel.
- Drehen Sie zunächst die Pedalachse von Hand gegen den Uhrzeigersinn.
- Verwenden Sie den Schraubenschlüssel, um das Pedal vollständig festzuziehen.

Klicken Sie hier, um unser unterstützendes YouTube-Video zu sehen. https://youtu.be/Devel2ZhCAc

!! HINWEIS
- Heben Sie die Werkzeuge für künftige Zwecke auf, die zu diesem Produkt geliefert wurden, wenn Sie die Montage beendet haben.

Zusätzliche Umwelt Informationen

Verpackungsentsorgung
Staatliche Vorschriften sagen, dass wir die in Deponien entsorgen Abfallmengen verringern sollen. Daher bitten wir Sie, den gesamten Verpackungsabfall an öffentlichen Recyclingstellen abzugeben

Entsorgung am ende der Lebensdauer
Wir bei Tunturi hoffen, dass Sie Ihren Fitnesstrainer viele Jahre mit Freude nutzen werden. Jedoch wird irgendwann die Zeit kommen, wenn die Ende der Nutzungsdauer des Fitnesstrainers erreicht ist. Gemäß den europäischen WEEE-Gesetzen sind Sie für eine geeignete Entsorgung des Fitnesstrainers bei einer anerkannten öffentlichen Entsorgungsstelle verantwortlich.

Konsole (Abb F)



1. Anzeige
2. Tablet-/Buchstütze
3. Schalter

⚠ VORSICHT
- Halten Sie die Konsole von direkter Sonneneinstrahlung fern.
- Trocknen Sie die Oberfläche der Konsole, wenn Sie mit Schweißtropfen bedeckt ist.
- Lehnen Sie sich nicht auf die Konsole.
- Berühren Sie die Anzeige nur mit Ihrer Fingerspitze. Vergewissern Sie sich, dass Ihre Nägel oder andere scharfe Gegenstände die Anzeige nicht berühren.

!! HINWEIS
- Die Konsole schaltet in den Standby-Modus, wenn das Gerät 4 Minuten lang nicht verwendet wird.

Erläuterung der Anzeigefunktionen

Time (Zeit)

- Ohne Einstellung des Sollwerts wird die Zeit summiert.
- Wenn ein Sollwert eingestellt ist, wird die Zeit vom Zielwert aus auf 0 herabgezählt. Bei 0 ertönt ein Alarm oder erscheint ein Blinklicht. Die Zeit wird wieder summiert, wenn das Training nach Erreichen des Ziels fortgesetzt wird.
- Anzeigebereich: 0:00 ~ 99:59

Speed (Geschwindigkeit)
- Aktuelle Trainingsgeschwindigkeit wird angezeigt.
- Anzeigebereich: 0.0 ~ 99.9
- Wenn vier Sekunden lang ohne Training kein Signal auf den Monitor übertragen wird, zeigt SPEED „0,0“ an

RPM (U/Min)
- Umdrehungen pro Minute werden angezeigt. Anzeigebereich: 0~15~999
- Wenn vier Sekunden lang ohne Training kein Signal auf den Monitor übertragen wird, zeigt U/Min „0“ an

Watt
- Aktuelle Trainings-Watt werden angezeigt.
- Anzeigebereich: 0 ~ 999

- ▲ Das Symbol wird im Watt-Fenster angezeigt, wenn die eingestellte Zielwattleistung niedriger ist als die aktuelle Trainingswattleistung. Sie treten zu schnell in die Pedale oder die Zielvorgabe ist zu niedrig.
- ▼ Das Symbol wird im Watt-Fenster angezeigt, wenn die eingestellte Ziel-Wattleistung höher ist als die aktuelle Trainingswattleistung. Sie treten zu langsam in die Pedale oder das Ziel ist zu hoch angesetzt.

Level
- Zeigt die Einstellung der Spannungsstufe bei der Einstellung des Widerstandes für 3 Sekunden an.

Distance (Entfernung)
- Ohne Einstellung des Sollwerts wird die Distanz summiert.
- Wenn ein Sollwert eingestellt ist, wird die Distanz vom Zielwert aus auf 0 herabgezählt. Bei 0 ertönt ein Alarm oder erscheint ein Blinklicht. Die Distanz wird wieder summiert, wenn das Training nach Erreichen des Ziels fortgesetzt wird.
- Anzeigebereich: 0.00~99.99

Calories (Kalorien)
- Ohne Einstellung des Sollwerts werden die Kalorien summiert.
- Wenn ein Sollwert eingestellt ist, werden die Kalorien vom Zielwert aus auf 0 herabgezählt. Bei 0 ertönt ein Alarm oder erscheint ein Blinklicht. Die Kalorien werden wieder summiert, wenn das Training nach Erreichen des Ziels fortgesetzt wird.
- Anzeigebereich: 0~999

!! HINWEIS
- Diese Daten sind ein grober Anhaltspunkt für den Vergleich verschiedener Trainingssitzungen. Sie können jedoch nicht für eine medizinische Behandlung verwendet werden

Pulse (Puls)
- Aktueller Puls wird nach sechs Sekunden angezeigt, wenn dieser von der Konsole erkannt wird.
- Wenn sechs Sekunden lang kein Puls-Signal vorhanden ist, zeigt die Konsole „P“ an.
- Der Pulsalarm ertönt, wenn der aktuelle Puls über dem Sollpuls liegt.
- Anzeigebereich: 0-30~230

BAI ™
- BAI Anzeige Verbrauch während des Trainings.
- Anzeigebereich 0~999

!! HINWEIS
- BAI (Body Activity Index (Körperaktivitätsindex)) ist die Summe des effektiven Trainingsvolumens.
- Trainingsvolumen = Trainingsintensität x Trainingszeit.

BAI berechnet das effektive Trainingsvolumen anhand Ihrer Herzfrequenz, Ihres Alters, Ihres Geschlechts und Ihrer Trainingsdauer. Während des Trainings können Sie sehen, dass sich BAI ansammelt. Sobald Sie eine Trainingseinheit abgeschlossen haben, können Sie einen BAI-Gesamtpunkt für diese Einheit erhalten. Dies ist das gesamte effektive Trainingsvolumen dieser Trainingseinheit.
Wenn Sie härter trainieren, höhere Herzfrequenz-Zone, erhalten Sie BAI Punkte schneller. Wenn Sie weniger hart trainieren, niedrigere Herzfrequenzzone, erhalten Sie BAI Punkte langsamer.
Wir empfehlen Ihnen, jede Woche 100 BAI-Punkte zu sammeln, um Ihre Cardio Fähigkeit zu verbessern.

Anzeige in der Mitte
- Die oberen Ziffern zeigen die Trainingsparameter in größerer Schrift. Wenn sich die Anzeige im Scan-Modus befindet, wird jeder Parameter einige Sekunden lang angezeigt. Der Name des angezeigten Wertes blinkt im entsprechenden Fenster.
- In der unteren Punktanzeige wird die Intensitätskurve des Programmprofils grafisch dargestellt.
  * In Spannungskontrolle: Jeder Punkt steht für zwei Spannungsstufen.
  * Im HRC- Modus: Jeder Punkt repräsentiert einen Spannungspegel, als ob er spannungsgesteuert wäre.
  * Im Watt-Modus: Jeder Punkt repräsentiert einen Spannungspegel, als ob er spannungsgesteuert wäre.

Erläuterung der Schalter

Up (Dial)
- Drehen Sie den Schalter im Uhrzeigersinn, um die Einstellwert zu erhöhen.
- Erhöhen des Widerstands.

Down (Dial)
- Drehen Sie den Schalter gegen den Uhrzeigersinn, um die Einstellwert zu verringern.
- Verringern des Widerstands.

Mode/Enter
- Einstellung oder Auswahl bestätigen.
- Stoppen Sie die Display-Scan-Funktion und fixieren Sie den aktuellen Parameter in der mittleren Anzeige, wenn Sie sich im Trainingsmodus befinden.
- Zum nächsten Parameter gehen, wenn Sie sich im Modus Feste Anzeige befinden.

!! HINWEIS
- Wenn Sie den Scan-Modus durch Festlegen eines bestimmten Parameters gestoppt haben, gibt es keine andere Möglichkeit, die “Scan”-Funktion wieder zu aktivieren, als zweimal schnell auf “Start/Stopp” zu drücken, um Ihr Training schnell zu unterbrechen und wieder zu starten.

Reset
- Drücken Sie im Einstellungsmodus einmal auf die Taste RESET, um die aktuellen Funktions-Darstellungen zurückzusetzen.
- Drücken Sie auf die RESET-Taste und halten Sie sie 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Funktions-Darstellungen zurückzusetzen

TUNTURI®

Start/ Stop
- Trainingsstart bzw. -stopp.

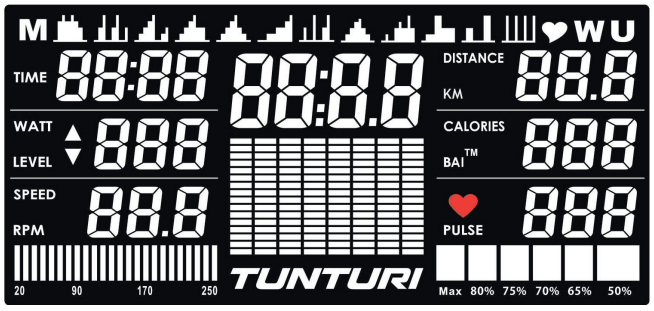
Body Fat (Körperfett)
- Körperfett in % und BMI messen.

Recovery
- Wenn die Konsole ein Impulssignal erkennt, drücken Sie auf die Taste RECOVERY, um den Recovery-Modus zu öffnen und die Herzfrequenz-Recovery-Fähigkeit zu überwachen

Bedienung

Einschalten
- Stecken Sie den Stecker der Stromversorgung in die Steckdose. Der Computer fährt hoch und alle Segmente der LCD-Anzeige leuchten 2 Sekunden lang auf.
- Drücken Sie auf eine beliebige Taste, wenn sich die Konsole im Ruhemodus befindet.
- Treten Sie in die Pedale, wenn sich die Konsole im Ruhemodus befindet.

Die LCD-Anzeige zeigt alle Segmente an.



HINWEIS
- Die Konsole schaltet in den Ruhezustand und zeigt den Uhrzeitmodus an, wenn das Gerät vier Minuten lang nicht verwendet wird.

Ruhezustand:
Wenn sich die Konsole im Ruhezustand befindet, werden alle Informationsfenster abgedunkelt, als ob sie ausgeschaltet wäre.

Ausschalten
- Um den Trainer auszuschalten, müssen Sie die Stromquelle vom Trainer entfernen.

Trainingsauswahl
Treffen Sie mit dem Schalter UP/DOWN eine Auswahl:

M	Manual
P1 ~ P12	Programmprofil 1 ~ 12
♥	Herzfrequenzkontrolle
W	Watt Kontrolle
U	Benutzerprogramm

Programme

Schnellstart
- Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training ohne Voreinstellungen zu beginnen.
- Betätigen Sie die Up/Down Tasten zur Einstellung des Widerstandsgrads beim Training.

Beenden Sie Ihr Training
- Drücken Sie im Trainingsmodus auf START/STOP, um das Training zu beenden/anzuhalten.
  Um das Training fortzusetzen, drücken Sie im Pausen-Modus die START/STOP-Taste.
- Auf die RESET-Taste drücken (im Pausen-Modus), um alle Trainingsdaten zurückzusetzen.
- Halten Sie die Taste RESET mehr als3 Sekunden lang gedrückt, um die Konsole zurückzusetzen. (Aktive Trainingsdaten gehen verloren)

SCHNELL-TIPP
- Wenn Sie sich im Pausenmodus befinden, können Sie die "Modus-/Wahltaste" verwenden, um Ihre eingestellten Ziele anzupassen.
- Drücken Sie zur Bestätigung auf Modus: Zeit/Strecke/Kalorien und/oder Impuls.
- Drehen Sie das Rad, um das gewünschte Ziel einzustellen, und drücken Sie auf "Modus", um den ersten nächsten zu ändernden Parameter auszuwählen, falls erforderlich, oder drücken Sie die Taste "Start/Stopp", um das Training fortzusetzen.

Benutzer einstellen

Ein Benutzer kann ausgewählt werden, wenn sich die Konsole im Start-up-Modus befindet.
Wenn sich die Konsole im Funktionsmodus befindet, halten Sie die Taste „RESET" länger als 3 Sekunden gedrückt, um die Konsole neu zu starten und in den Start-up-Modus zu wechseln.
Sie sehen „U1" blinken (oder den zuletzt gewählten Benutzer U1~U4).
- Benutzer auswählen, Taste drücken, um auszuwählen U1~U4, bestätigen Sie mit MODE.
- Geschlecht auswählen, Taste drücken um ♂ (männlich)/ ♀ (weiblich) auszuwählen, mit MODE bestätigen.
- Alter einstellen (A), Taste drücken, um 1~99 ±1 auszuwählen, mit MODE bestätigen.
- Höhe (H) einstellen, das Rad zur Auswahl
  Einstellbereich: 100~200 cm ±1) drehen, mit MODE bestätigen.
- Gewicht (W) einstellen, mit Drehknopf auswählen
  Einstellbereich: 20~150 kg ±1, mit MODE bestätigen.

HINWEIS
- Die Einstellung der korrekten Benutzerparameter ist erforderlich für die:
  Korrekte Herzfrequenz-Zielprogrammfunktion.
  Korrekte Körperfett- und BMI-Messfunktion.
- Durch die Auswahl eines Benutzers wird festgelegt, welche Benutzerprogramme geladen werden sollen. Siehe „Benutzerprogramme"

Manual Modus

- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um das Trainingsprogramm auszuwählen, den M-Modus (manuell) auswählen und mit MODE bestätigen.
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um den Spannungspegel einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um die Trainingszeit vor einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um die Trainingsdauer vor einzustellen, bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um die Trainingsdauer vor einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.

- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um eine Grenze für Puls vor einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.

HINWEIS
- Wenn Sie mehr als ein Ziel einstellen, wird das Training nach Erreichen des ersten Ziels beendet.
- Wenn ein Ziel leer gelassen wird, wird es nicht als voreingestellter Zielwert betrachtet.
- Wenn Sie ein Puls Grenzwert einstellen, stoppt das Training nicht, wenn das eingestellte Limit überschritten wird. Ein akustischer Alarm warnt den Benutzer, wenn der Grenzwert überschritten wird.

- Drücken Sie die Taste „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um die Widerstandsstufe einzustellen. Der Ladezustand wird im LEVEL-Fenster angezeigt.

Programmprofil 1~12

- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um ein Trainingsprogramm auszuwählen, wählen Sie eines der voreingestellten Profile,
  bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um das Spannungsniveau einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.
  Das gesamte Profil wird proportional skaliert.
- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um die Trainingszeit voreinzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.

- Drücken Sie die Taste „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen
- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um die Widerstandsstufe einzustellen.
  Das gesamte Profil wird proportional skaliert.
  Der Ladezustand wird im LEVEL-Fenster angezeigt.

Im Programmprofilmodus wird die Spannung automatisch auf ein voreingestelltes Profil eingestellt.

HINWEIS
- Die Dauer jedes Segments im Profil beträgt 1/8 Ihrer voreingestellten Trainingszeit.
- Wenn keine Trainingszeit eingestellt ist, beträgt die Dauer jedes Segments ± 20 Sekunden und das Profil wird wiederholt neu gestartet, bis Sie das Training selbst beenden.

Herzfrquenzkontrolle

- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um ein Trainingsprogramm auszuwählen, wählen Sie HRC (Herzsymbol),
  bestätigen Sie mit MODE.

Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um das HRC-Ziel festzulegen:

55%	=	55% von der Summe (220 minus *Alter)
75%	=	75% von der Summe (220 minus *Alter)
90%	=	90% von der Summe (220 minus *Alter)
TA	=	Ziel (Standard 100)

*Alter Parameter muss im “Benutzer einstellen” eingestellt werden.

bestätigen Sie mit MODE.
- Wenn TA eingestellt ist, verwenden Sie die Up/ Down Funktion, um das Ziel (30~230), bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um die Trainingszeit voreinzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.
- Drücken Sie die Taste „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen.
- Mit „RESET“ gelangen Sie zurück zum Hauptmenü.

Im Cardio-Modus wird die Spannung automatisch auf einen Wert eingestellt, bei dem Ihre Herzfrequenz das voreingestellte HRC-Ziel erreicht.

HINWEIS
- Der Cardio-Modus erfordert ein Herzfrequenzsignal, um zu funktionieren.
- Ein Fragezeichen und ein Herzsymbol werden im Hauptfenster angezeigt, wenn das Herzfrequenzsignal nicht von der Konsole empfangen wird.
- Wenn die Herzfrequenz für mehr als 5 Sekunden nicht gemessen wird, schaltet das Programm automatisch in den Pausenmodus.

SCHNELL-TIPP
- Das Programm „Herzfrequenzkontrolle“ funktioniert am besten, wenn die Benutzereinstellungen korrekt eingestellt sind.

Watt Kontrolle (W)

- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um ein Trainingsprogramm auszuwählen, wählen Sie Watt Kontrolle (W),
  bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Funktion, um das Watt-Ziel festzulegen:
  120 ist Standard voreingestellt (10~350)
  bestätigen Sie mit MODE.
- Betätigen Sie die Up/Down Taste, um die Trainingszeit vor einzustellen,
  bestätigen Sie mit MODE.

- Drücken Sie die Taste „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen.
- Mit „RESET“ gelangen Sie zurück zum Hauptmenü.

Im Watt-Modus wird die Spannung automatisch auf einen Wert eingestellt, bei dem Watt das voreingestellte Watt-Ziel erreicht.

HINWEIS
- Der Watt-Parameter ist eine Berechnung der Drehzahl und des Spannungsniveaus.
  Wenn die Drehzahl höher ist, ist die Spannung niedriger.
  Wenn die Drehzahl niedriger ist, ist die Spannung höher.

Benutzerprogramme (U)

Benutzer-Programmiermodus

Ein ausgewähltes Benutzerprogramm wird immer im Programmiermodus geöffnet.
- Wählen Sie über die Up/Down-Funktion ein Trainingsprogramm aus,
  wählen Sie Benutzerprofil (U),
  bestätigen Sie mit MODE.
- Stellen Sie über die Up/Down-Funktion den Spannungspegel für das erste Profilsegment ein.
  Bestätigen Sie mit MODE.
- Wiederholen Sie den Rest der Profilsegment Spannungsniveaus auf die gleiche Weise.

HINWEIS
- Jedes Segment, das Sie programmieren und mit der “Mode”-Taste bestätigen, wird automatisch gespeichert.
- Ein vorprogrammiertes Benutzerprogramm kann nicht gelöscht werden, kann aber überschrieben werden, um das Profil jederzeit an Ihre Bedürfnisse anzupassen.

TUNTURI®

Start eines Benutzerprogramms

- Wenn Sie sich im Programmiermodus befinden, halten Sie die MODE-Taste in jeder Phase des Programmiermodus zwei Sekunden lang gedrückt, um den Zeitprogrammiermodus zu öffnen.
- Betätigen Sie die Up/Down-Taste, um die Trainingszeit vorher einzustellen,
  Bereich: 1:00 ~ 99:00 (± 1:00)
  Bestätigen Sie durch Drücken von MODE.
  Drücken Sie die Taste „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen
- Mit „RESET“ (Neustart) gelangen Sie zurück zum Hauptmenü.

Im Benutzerprogramm-Profilmodus wird die Spannung automatisch auf ein voreingestelltes Profil eingestellt.
Die Dauer jedes Segments im Profil beträgt 1/8 Ihrer voreingestellten Trainingszeit.

HINWEIS

- Es ist nur 1 Benutzerprogramm pro Benutzerprofil verfügbar. Siehe „Benutzer einstellen“

Recovery (Erholung)

Die Erholungsfunktion registriert den Trainingszustand des Herzens durch Messung Ihrer Herzfrequenz in der Erholungsphase in Schlägen pro Minute. Je schneller Ihre Herzfrequenz auf den Normalwert sinkt, desto besser ist Ihr Trainingszustand.
Daher sollte diese Funktion am besten direkt nach dem Training genutzt werden.

- Die Taste RECOVERY ist nur aktiv, wenn ein Puls erkannt wurde.
- TIME zeigt „0:60“ (Sekunden) an und wird auf „0“ herabgezählt.
- Der Computer zeigt nach dem Countdown zum Testen den Herzfrequenz-Recovery-Status F1 bis F6 an. Die Herzfrequenz-Recovery-Stufe kann auf Grundlage folgender Tabelle ermittelt werden.
- Drücken Sie erneut auf die Taste RECOVERY, um zum Anfang zurückzukehren.

So lesen Sie das Testergebnis.

Das Ergebnis basiert auf dem Zustand Ihrer Herzfrequenz. Wenn Sie aktiv sind, erhöht sich Ihre Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (bpm.).
Wenn Sie Ihr Training beenden, wird sich Ihre Herzfrequenz auf ein normales Niveau einpendeln. Je schneller sich Ihre Herzfrequenz stabilisiert, desto besser ist Ihr kardialer Zustand.
Wenn Ihre Herzfrequenz in der Testminute um mindestens 50 Schläge pro Minute sinkt, wird Ihr Ergebnis als F1 angezeigt.
Wenn Ihre Herzfrequenz in der Testminute zwischen 41 und 50 Schlägen pro Minute liegt, wird Ihr Ergebnis F2 anzeigen.
Und so weiter.

F1	Herausragend	50+ bpm
F2	Hervorragend	41 ~ 50 bpm
F3	Gut	31~ 40 bpm
F4	Ausreichend	21 ~ 30 bpm
F5	Unterdurchschnittlich	11 ~ 20 bpm
F6	Schlecht	0 ~ 10 bpm

HINWEIS

- Die “Recovery”-Daten können nur als persönliche Referenz verwendet werden und haben keinen medizinischen Wert.
- Wenn Ihre Herzfrequenz in der Testminute gestiegen ist, wird auch F6 angezeigt.

Body Fat (Körperfett)

- Drücken Sie auf die Taste BODY FAT, um mit der Fettmessung zu beginnen.)
- Bei der Messung müssen Nutzerinnen und Nutzer beide Hände an den Handgriffen haben. LCD-Anzeige “-” ”- -” ”- - -” ”- - - -” für 8 Sekunden, bis der Computer die Messung abgeschlossen hat.
- LCD zeigt BMI und FAT % an .

HINWEIS

- Für diese Funktion sind korrekte „Nutzerprofileinstellungen“ erforderlich.

Körperfett-Modus-Fehlercodes

- *E-1
  Es wurde kein Herzfrequenzsignaleingang erkannt.
- *E-4)
  Tritt auf, wenn FAT% und BMI unter 5 liegt oder 50 übersteigt.

SCHNELL-TIPP

- Die Messfunktion „Körperfett & BMI“ funktioniert am besten, wenn die Benutzereinstellungen korrekt eingestellt sind.

Bluetooth & APP

- Diese Konsole kann über Bluetooth eine Verbindung mit ein APP auf dem Smart-Gerät herstellen. (iOS & Android)
- Erstellen Sie die Bluetooth-Verbindung nur über den Verbindungsmodus auf die installierte APP auf ihr Smartphone oder Tablet
- Wenn die Konsole mit dem Smart-Gerät über Bluetooth verbunden ist, wird die Konsole ausgeschaltet.

HINWEIS

- Tunturi bietet nur die Option an, die Fitness-Konsole über eine Bluetooth-Verbindung anzuschließen. Daher ist Tunturi nicht für Schäden oder Fehlfunktionen von Produkten verantwortlich, die nicht von Tunturi sind.
- Überprüfen Sie die Website für zusätzliche Informationen

Diese Konsole kann einen Bluetooth-Herzfrequenzsender empfangen. Das Gerät muss nicht gekoppelt werden, da die Konsole den Herzfrequenzsender automatisch erkennt, wenn er sich in Reichweite befindet.

Gebrauch

Widerstandseinstellanleitung

Drehen Sie den 8-Stufen-Widerstandskontroller (44) so, dass der Pfeil mit der Zahlnummer ausgerichtet ist, wie in Abb. D-4 gezeigt.
Drehen Sie im Uhrzeigersinn, um den Widerstand allmählich zu erhöhen.
Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstand allmählich zu verringern.
Die Zahl 8 hat den höchsten Widerstand und die Zahl 1 den niedrigsten Widerstand.

Batteriewechselanleitung

Wenn es notwendig ist, die Batterie zu ersetzen, wie in Abb. D-3 gezeigt, verwenden Sie Ihre Hand, um den Monitor (43) nach oben aus der Kettenabdeckung (45) zu drücken, schieben Sie den Monitor (43) heraus, ersetzen Sie die Batterie durch eine neue und setzen Sie dann den Monitor (43) wieder auf die Kettenabdeckung (45).

‼ HINWEIS
- Leere Batterien sollten immer gemäß den örtlichen gesetzlichen Bestimmungen recycelt werden, um die Umwelt zu schützen.

⚠ WARNUNG
- Setzen Sie die Batterien keinen großen Temperaturschwankungen aus, um ein Auslaufen zu verhindern.
- Um zu verhindern, dass die Batterien auslaufen, sollten Sie sie herausnehmen, wenn Sie Ihr Gerät längere Zeit nicht benutzen wollen.
- Wenn Sie mehrere Batterien in ein Gerät einlegen, verwenden Sie immer dieselbe Marke, denselben Typ und dieselbe Energiestufe.

Verwendung des zusätzlichen Gurts

Das Mini-Fahrrad ist mit rutschfesten Füßen ausgestattet, aber wenn Sie das Gefühl haben, dass das mini bike wegrutscht, können Sie einen Gurt für zusätzliche Unterstützung hinzufügen. Sie können den Gurt an einem Stuhl befestigen, wie in Abb. D-5 zu sehen ist.

Reinigung und Wartung

Das Gerät bedarf keiner besonderen Wartung. Das Gerät muss nicht neu kalibriert werden, wenn es gemäß den Anweisungen zusammengebaut, verwendet und gewartet wird.

⚠ WARNUNG
- Verwenden Sie zur Reinigung des Geräts keine Lösungsmittel.
- Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.

- Reinigen Sie das Gerät nach dem Gebrauch mit einem weichen aufnahmefähigen Lappen.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben und Muttern fest sind.

Defekte und Funktionsstörungen

Trotz kontinuierlicher Qualitätskontrolle können Defekte und Funktionsstörungen durch einzelne Teile in der Ausrüstung auftreten. In den meisten Fällen genügt es, das defekte Teil zu ersetzen.

- Wenn die Ausrüstung nicht ordnungsgemäß funktioniert, nehmen Sie sofort Kontakt mit dem Händler auf.
- Geben Sie dem Händler die Modellnummer und die Seriennummer der Ausrüstung an. Geben Sie die Art des Problems, die Nutzungsbedingungen und das Kaufdatum an.

Transport und Lagerung

⚠ WARNUNG
- Tragen und bewegen Sie das Gerät mit Vorsicht.
- Bewegen Sie das Gerät und stellen Sie es vorsichtig ab.
- Stellen Sie das Gerät auf eine schützende Unterlage, um eine Beschädigung der Bodenoberfläche zu vermeiden.
- Bewegen und heben Sie das Gerät vorsichtig über unebene Flächen.
- Bewegen Sie das Gerät nicht an den Pedalen, sondern benutzen Sie den dafür vorgesehenen Griff an der Oberseite des Gehäuses.
- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen Ort mit möglichst geringen Temperaturschwankungen.

Garantie

Eigentümer-garantie für Tunturi fitnessgeräte.

Garantiebedingungen
Der Käufer hat Anspruch auf die anwendbaren Bestimmungen, die in der jeweiligen nationalen Gesetzgebung für den Handel mit Konsumgütern festgelegt sind. Diese Garantie schränkt diese Rechte nicht ein. Die Garantie des Käufers gilt nur, wenn der Artikel in einer Umgebung verwendet und nach Anweisung gewartet wird, die von Tunturi New Fitness BV für dieses Gerät genehmigt wurde. Die produktspezifisch zugelassene Umgebung und Wartungshinweise sind im "Benutzerhandbuch" des Produkts angegeben. Das "Benutzerhandbuch" kann von unserer Website heruntergeladen werden. http://manuals.tunturi.com

Garantiedauer
Die Garantie gilt ab Kaufdatum. Die Garantiedauer kann sich je nach Land unterscheiden. Bitte wenden Sie sich an Ihren zuständigen Händler, um die Garantiedauer zu erfahren.

Garantieumfang
Unter keinen Umständen haften die Tunturi New Fitness BV oder der Tunturi-Vertragshändler für dem Käufer möglicherweise zugefügte indirekte Schäden wie Gebrauchsbeeinträchtigung oder Einkommensverlust oder anderen wirtschaftlichen Folgeschäden.

Einschränkungen der garantie
Die Garantie deckt durch Herstellung oder Material hervorgerufene Fehler des Fitnessgeräts in dessen ursprünglicher Zusammensetzung. Unter Voraussetzung, dass die Aufbau-, Pflege- und Gebrauchsanweisungen von Tunturi befolgt wurden, erstreckt sich die Garantie auf solche Fehler, die bei normaler und einem dem Gerät beiliegenden Anleitungsbuch entsprechender Benutzung auftreten können. Die Tunturi New Fitness BV und der Tunturi-Vertragshändler haften nicht für Fehler, die durch Faktoren außerhalb ihrer Einflussmöglichkeiten hervorgerufen wurden. Die Garantie gilt nur für den ursprünglichen Eigentümer und nur in den Ländern, in denen es einen von der Tunturi New Fitness BV autorisierten Importeur gibt. Die Garantie gilt nicht für solche Fitnessgeräte oder Teile, an denen ohne Zustimmung der Tunturi New Fitness BV Veränderungen vorgenommen worden sind. Die Garantie betrifft auch nicht solche Schäden, die durch natürlichen Verschleiß, fehlerhaften Gebrauch, Benutzung unter für das Gerät nicht vorgesehenen Umständen, Korrosion, Verladung oder Transport hervorgerufen wurden.

Ersatzleistungen aufgrund von Geräuschen, die beim Einsatz des Geräts auftreten, sind von der Garantie ausgeschlossen, sofern diese Geräusche den Gebrauch des Geräts nicht wesentlich beeinträchtigen und nicht durch einen Gerätefehler bedingt sind.
Die Garantie beinhaltet keine Wartungsmaßnahmen, wie Reinigung, Schmieren oder normales Kontrollieren der Teile, auch nicht solche Aufbaumaßnahmen, die der Kunde selbst ausführen kann und die kein spezielles Auseinander- oder Zusammenbauen des Fitnessgeräts erfordern. Zu solchen Maßnahmen gehört beispielsweise das Austauschen von Cockpits, Pedalen oder anderer entsprechender einfacher Teile. Andere als die durch einen autorisierten Tunturi-Vertreter ausgeführten Garantieleistungen werden nicht ersetzt. Durch unsachgemäße, d.h. nicht der Bedienungsanleitung entsprechenden, Bedienung, verfällt jedweder Garantieanspruch.

Technische Daten

Parameter	Maßeinheit	Wert
Länge	cm inch	51.5 20.3
Breite	cm inch	45.0 17.7
Körpergröße	cm inch	35.0 13.8
Gewicht	kg lbs	8.6 19
Max. Benutzergewicht	kg lbs	100 220
Batteriegröße	1x	AAA

Herstellererklärung

Tunturi New Fitness BV erklärt, dass das Cardio Fit M40 Mini-Fahrrad 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 das Funkgerät Cardio Fit M40 Mini-Fahrrad der Richtlinie entspricht 2014/53/EU.

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

Haftungsausschluss

© 2024 Tunturi New Fitness BV
Alle Rechte vorbehalten.

- Produkt und Handbuch können geändert werden.
- Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.
- Auf unserer Website finden Sie die neueste Version des Benutzerhandbuchs.

Français
Ce manuel français est une traduction de la version anglaise. Notez que la version anglaise est en tête dans le contenu lorsque des différences sont trouvées.

Indice

Bienvenue 39

Avertissements de sécurité 39

Instructions de montage 40
Illustration de description A 40
Illustration de description B 40
Illustration de description C 40
Illustration de description D 40
Informations complémentaires de montage 40
Informations environnementale supplémentaires 40

Console (fig F) 40
Explication des fonctions à l'écran 41
Explication des boutons 41
Fonctionnement 41

Programmes 41
Définir l'utilisateur 41
Mode manuel 42
Profil de programme 1-12 42
Contrôle du rythme cardiaque 42
Watt control (W) 42
Programme utilisateur (U) 43
Recovery (Récupération) 43
Body Fat (Masse grasse) 43
Bluetooth & APP 43

Usage 44
Instructions de réglage de la résistance 44
Instructions de Remplacement de la Batterie 44
Utilisation de la sangle ajoutée 44

Nettoyage et maintenance 44
Défauts et dysfonctionnements 44
Transport et rangement 44

Garantie 44

Données techniques 45

Déclaration du fabricant 45

Limite de responsabilité 45

Bienvenue

Bienvenue dans l'univers de Tunturi Fitness !
Merci pour votre achat de cet élément d'équipement Tunturi. Tunturi offre toute une gamme d'équipements de fitness professionnels, notamment des vélos elliptiques, tapis de course, vélos d'appartement, rameurs et accessoires. Les équipements Tunturi sont parfaits pour toute la famille, quel que soit le niveau de forme de ses membres. Pour en savoir plus, visitez notre site Web www.tunturi.com

Consignes de sécurité importantes
Lisez attentivement ce Mode d'emploi avant d'assembler, d'utiliser ou d'effectuer l'entretien de votre appareil sportif. Veuillez conserver ce guide, il contient les renseignements dont vous aurez besoin, maintenant et plus tard, pour utiliser et entretenir votre appareil. Suivez toujours les instructions très rigoureusement.

Avertissements de sécurité

⚠ AVERTISSEMENT

- Lisez les avertissements de sécurité et les instructions. Le non respect des avertissements de sécurité et des instructions est une source de blessure et de dégâts de l'équipement. Conservez les avertissements de sécurité et les instructions pour référence ultérieure.

- L'équipement est uniquement adapté à un usage domestique. L'équipement ne convient pas à un usage commercial.
- La durée d'utilisation maximum est limitée à 2 heures par jour.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus et par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et de connaissances s'ils ont reçu une surveillance ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil de manière sûre et comprennent les dangers encourus.
- Les enfants doivent être surveillés pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Avant de commencer vos exercices, effectuez un bilan de santé auprès d'un médecin.
- Si vous êtes pris de nausées ou de vertiges ou sentez d'autres symptômes normaux pendant l'entraînement, interrompez immédiatement la session et consultez votre médecin.
- Afin d'éviter toutes douleurs et tensions musculaires, commencez vos séances par des échauffements et terminez-les par une récupération. N'oubliez pas de vous étirer après vos exercices.
- L'équipement est uniquement adapté à un usage intérieur. L'équipement ne convient pas à un usage extérieur.
- Utilisez l'équipement uniquement dans des environnements correctement ventilés. N'utilisez pas l'équipement dans des endroits exposés aux courants d'air afin de ne pas vous enrhumer.
- Utilisez l'équipement uniquement à une température ambiante entre +15°C~+35°C / 59°F~95°F. Rangez l'équipement uniquement à une température ambiante entre +5°C~+45°C / 41°F~113°F.
- N'utilisez et ne rangez pas l'équipement dans un environnement humide. L'humidité de l'air ne doit jamais dépasser 80 %.
- Utilisez l'équipement uniquement pour son usage prévu. N'utilisez pas l'équipement pour d'autres usages que ceux décrits dans le manuel.
- N'utilisez pas l'équipement si l'une de ses pièces est endommagée ou défectueuse. Si une pièce est endommagée ou défectueuse, contactez votre revendeur.
- Maintenez vos mains, vos pieds et les autres parties de votre corps à l'écart des pièces mobiles.
- Maintenez votre chevelure à l'écart des pièces mobiles.
- Portez des vêtements et des chaussures adaptés.
- Maintenez les vêtements, bijoux et autres objets à l'écart des pièces mobiles.
- Assurez-vous qu'une seule personne utilise l'équipement à la fois. L'équipement e doit pas être utilisé par des personnes pesant plus de 120 kg (264 lbs).
- N'ouvrez pas l'équipement sans consulter votre revendeur.

Instructions de montage

Illustration de description A

Cette illustration montre ce à quoi le trainer ressemblera une fois le montage terminé.
Vous pouvez l'utiliser au titre de référence lors du montage mais suivez bien les étapes de montage dans l'ordre indiqué tel que les illustrations le montrent.

Illustration de description B

Cette illustration montre les composants et les pièces que vous devez trouver après avoir déballé le produit.

‼ REMARQUE
- Les petites pièces peuvent être cachées/emballées dans les espaces creux utilisés comme matériaux de protection du produit.
- Si une pièce manque, contactez votre revendeur.

Illustration de description C

Cette illustration montre le kit de quincaillerie fourni avec le produit. Le kit de quincaillerie contient des boulons, des rondelles, des vis, des écrous, etc. ainsi que les outils vous permettant d'installer correctement votre trainer.

Illustration de description D

Ces illustrations vous indiquent l'ordre de montage correct pour monter votre trainer.

⚠ AVERTISSEMENT
- Assemblez l'équipement dans l'ordre indiqué.
- Deux personnes au moins sont nécessaires pour transporter et déplacer l'équipement.

⚠ PRÉCAUTION
- Placez l'équipement sur une surface plane et ferme.
- Placez l'équipement sur une base protectrice pour éviter d'endommager la surface du sol.
- Prévoyez un dégagement d'au moins 100 cm autour de l'équipement.
- Consultez les illustrations pour l'assemblage correct de l'équipement.

‼ NOTE
- Conservez les outils livrés avec ce produit après son montage, pour d'éventuels entretiens.

Informations complémentaires de montage

D2 Comment installer correctement les pédales

‼ REMARQUE
- La droite et la gauche sont définies du point de vue de la position lors de l'exercice.

Pédale droite

Cherchez l'indication « R »(droite) ou « L » (gauche) sur l'axe de la pédale.
- Installez la pédale droite portant l'indication « R » sur le bras de pédale droit.
- Faites d'abord tourner manuellement l'axe de la pédale dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Utilisez la clé pour bien serrer la pédale.

Pédale gauche
- Installez la pédale gauche portant l'indication « L » sur le bras de pédale gauche.
- Faites d'abord tourner manuellement l'axe de la pédale dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- Utilisez la clé pour bien serrer la pédale.

Cliquez pour voir notre vidéo YouTube d'assistance
https://youtu.be/Devel2ZhCAc

‼ NOTE
- Conservez les outils livrés avec ce produit après son montage, pour d'éventuels entretiens.

Informations environnementale supplémentaires

Élimination des emballages

Les réglementations gouvernementales nous demandent de réduire la quantité de matériaux déposés dans les décharges. C'est pour cela que nous faisons appel à votre responsabilité et vous demandons de déposer les emballages dans des centres de recyclage publics.

Élimination du produit

Chez Tunturi, nous espérons que vous profiterez longtemps de votre appareil de fitness. Cependant, nous savons bien qu'un jour ou l'autre votre machine arrivera au terme de sa vie utile. Selon la directive européenne sur les DEEE, vous êtes responsable de vous séparer correctement de votre appareil de fitness en le déposant dans un site public agréé de récupération des déchets.

Console (fig F)



1. Écran
2. Assistance tablette/livre
3. Boutons

⚠ PRÉCAUTION
- Maintenez la console à l'écart de la lumière directe du soleil.
- Séchez la surface de la console dès qu'elle est couverte de gouttes de sueur.
- Ne vous appuyez pas sur la console.
- Touchez l'affichage uniquement avec le bout du doigt. Assurez-vous de ne pas toucher l'affichage avec vos ongles ou des objets coupants.

‼ NOTE
- La console passe en mode de veille si l'équipement n'est pas utilisé pendant 4 minutes.

Explication des fonctions à l'écran

Time (Durée)
- La durée est additionnée sans définir de valeur cible.
- Lorsqu'une valeur cible est fixée, la durée est comptée à rebours, de la valeur cible à 0 et l'alarme résonnera ou clignotera.
  La durée continuera à s'additionner si l'entraînement n'est pas arrêté une fois l'objectif atteint.
- Plage d'affichage: 0:00~99:59

Speed (Vitesse)
- Affiche la vitesse actuelle d'entraînement.
- Plage d'affichage: 0.0 ~ 99.9
- SPEED affiche « 0.0 » si aucun signal n'est transmis au moniteur pendant 4 secondes au cours de l'entraînement.

RPM (tr/min)
- Affichage des rotations par minute.
- Plage d'affichage: 0 ~ 999
- RPM affiche « 0 » si aucun signal n'est transmis au moniteur pendant 4 secondes au cours de l'entraînement.

Watt
- Affiche la puissance actuelle de l'entraînement.
- Plage d'affichage: 0 ~ 999

- ▲ Le symbole s'affiche dans la fenêtre Watt lorsque le nombre de watts cible est inférieur au nombre de watts de l'entraînement en cours.
  Vous pédalez trop vite, ou l'objectif fixé est trop bas.
- ▼ Le symbole s'affiche dans la fenêtre Watt lorsque le nombre de watts cible est supérieur au nombre de watts de l'entraînement en cours.
  Vous pédalez trop lentement, ou l'objectif fixé est trop élevé.

Level
- Indique le réglage du niveau de tension, lors du réglage de la résistance, pendant 3 secondes.

Distance
- La distance parcourue est additionnée sans définir de valeur cible.
- Lorsqu'une valeur cible est fixée, la distance est comptée à rebours, de la valeur cible à 0 avec une alarme sonore ou clignotante.
  La distance parcourue continuera à s'additionner si l'entraînement n'est pas arrêté une fois l'objectif atteint.
- Plage d'affichage: 0.00~99.99

Calories
- Les calories s'additionnent sans définir de valeur cible.
- Lorsqu'une valeur cible est fixée, les calories sont comptées à rebours, de la valeur cible à 0 avec une alarme sonore ou clignotante.
  Les calories continueront à s'additionner si l'entraînement n'est pas arrêté une fois l'objectif atteint.
- Plage d'affichage: 0~999

!! REMARQUE
- Ces données sont fournies à titre indicatif pour comparer entre différentes séances d'entraînement ; elles ne doivent pas être utilisées dans le cadre d'un traitement médical.

Pulse (Pouls)
- Le pouls actuel s'affiche après 6 secondes de la détection par la console.
- La console affiche « P » s'il n'y a aucun signal de pouls pendant 6 secondes.
- L'alarme de pouls résonne lorsque le pouls actuel est supérieur au pouls cible.
- Plage d'affichage: 0-30~230 BPM

BAI ™
- Affichage de la consommation BAI valeur BAI pendant l'entraînement
- Plage d'affichage 0/999

!! REMARQUE
- Le BAI (Body Activity Index) ou Indice d'activité corporelle est la somme du volume d'entraînement effectif.
- Volume d'entraînement = Intensité de l'entraînement x Durée de l'entraînement.

Le BAI calcule le volume d'entraînement effectif en fonction de votre fréquence cardiaque, de votre âge, de votre sexe et de la durée.
Pendant l'entraînement, vous pouvez voir que le BAI s'accumule.
Dès que vous avez terminé une séance d'entraînement, vous pouvez obtenir un point BAI total pour cette séance, qui correspond au volume total d'entraînement effectif de cette séance.
Si vous vous entraînez plus durement et dans une zone de fréquence cardiaque plus élevée, vous obtenez des points BAI plus rapidement.
Si vous vous entraînez moins durement et dans une zone de fréquence cardiaque moins élevée, vous obtenez des points BAI plus lentement.
Nous vous recommandons de vous entraîner en accumulant 100 points BAI chaque semaine pour améliorer vos capacités cardio.

Affichage central
- Les chiffres du haut indiquent les paramètres de l'entraînement en caractères plus grands. Lorsque l'affichage est en mode Scan, chaque paramètre s'affiche pendant quelques secondes. Le nom de la valeur affichée clignote dans la fenêtre dédiée.
- L'affichage en pointillés plus petits traduit graphiquement la courbe d'intensité du profil du programme.
  * EN contrôle de la tension : Chaque point représente 2 niveaux de tension.
  * EN mode HRC : Chaque point représente un niveau de tension comme s'il était contrôlé par la tension.
  * En mode Watt : Chaque point représente un niveau de tension comme s'il était contrôlé par la tension.

Explication des boutons

Haut (bouton rotatif)
- Augmente le niveau de résistance pendant l'entraînement.
- Tourner le bouton rotatif dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la valeur

Bas (bouton rotatif)
- Réduit le niveau de résistance pendant l'entraînement.
- Tourner le bouton rotatif dans le sens contraire des aiguilles d'une montre pour diminuer la valeur.

Mode/Enter (mode/entrée)
- Confirmez le paramètre ou le choix.
- Arrêtez la fonction de balayage de l'affichage et corrigez le paramètre actuel dans l'affichage central lorsque vous êtes en mode entraînement.
- Passez au paramètre suivant lorsque vous êtes en mode d'affichage fixe.

!! REMARQUE
- Lorsque vous arrêtez le mode de balayage en choisissant un paramètre spécifique, il n'y a aucun moyen d'activer à nouveau la fonction de balayage autrement qu'en appuyant rapidement deux fois sur « Start/Stop » pour mettre rapidement en pause et redémarrer votre entraînement.

TUNTURI®

Reset (Réinitialisation)
- En mode réglage, appuyer une fois sur la touche RESET pour réinitialiser les chiffres actuels des fonctions.
- Maintenir la touche RESET enfoncée pendant 3 secondes pour réinitialiser tous les chiffres des fonctions.

Start/ Stop
- Démarrer ou arrêter (pause) l'exercice.

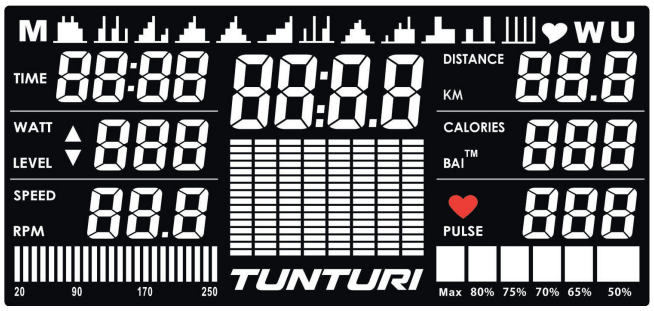
Body Fat (Masse grasse)
- Permet de mesurer la masse grasse en % et l'IMC.

Recovery (Récupération)
- Après la détection du signal d'impulsion par la console, appuyer sur la touche RECOVERY (récupération) pour passer en mode récupération et suivre la capacité de récupération du rythme cardiaque

Fonctionnement

Marche
- Branchez l'alimentation électrique : l'ordinateur se met sous tension et affiche tous les segments sur l'écran LCD pendant 2 secondes.
- Appuyer sur une touche pour mettre en marche la console en mode veille.
- Commencer à pédaler pour mettre en marche la console en mode veille.

L'écran LCD affichera tous les segments.



REMARQUE
- La console passe en mode veille lorsque l'équipement n'est pas utilisé pendant 4 minutes.

Mode veille
Lorsque la console est en mode veille, toutes les fenêtres d'information sont effacées comme si elle était en mode arrêt.

Mise hors tension
- Pour éteindre l'appareil d'entraînement, il est nécessaire de retirer la source d'alimentation de l'appareil d'entraînement.

Sélection de l'entraînement
Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour sélectionner :

M	Manuel
P1 ~ P12	Profil de programme 1 ~ 12
♥	Contrôle du rythme cardiaque
W	Watt control
U	Programme utilisateur

Programmes

Quick start (démarrage rapide)
- Appuyez sur la touche « START/STOP » pour commencer votre entraînement sans configurer aucun paramètre au préalable.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour ajuster le niveau de résistance pendant l'entraînement.

Fin de l'entraînement
- Appuyez sur « START/STOP » en mode entraînement pour arrêter/ mettre en pause votre entraînement.
  Pour relancer votre entraînement, appuyez sur le bouton « START/ STOP » en mode pause.
- Appuyez sur la touche « RESET » (en mode Pause) pour réinitialiser toutes les données d'entraînement.
- Maintenez la touche « RESET » enfoncée pendant 3 secondes pour réinitialiser la console. (Les données d'entraînement actives seront perdues)

ASTUCE RAPIDE
- Lorsque vous êtes en mode Pause, vous pouvez utiliser la touche « Mode/Composition » pour ajuster les objectifs que vous vous êtes fixés.
- Appuyez sur mode pour sélectionner : Temps/ Distance/ Calories et/ou Pouls.
- Tournez la molette pour définir l'objectif selon vos préférences et appuyez sur « Mode » pour sélectionner le premier paramètre suivant à modifier si nécessaire, ou appuyez sur la touche « Démarrer/Arrêter » pour reprendre l'entraînement.

Définir l'utilisateur

Un utilisateur peut être sélectionné lorsque la console est en mode « Démarrage ».
Lorsque la console est en mode fonctionnel, appuyez sur la touche « RESET » pendant plus de 3 secondes pour redémarrer la console et passer en mode « Démarrage ».
Vous voyez « U1 » clignoter (ou le dernier utilisateur sélectionné U1~U4).
- Sélectionnez l'utilisateur, tournez la molette pour sélectionner U1-U4,
  confirmez en appuyant sur MODE.
- Sélectionnez le sexe, tournez la molette pour sélectionner ♂ (homme)/ ♀ (femme),
  , confirmez en appuyant sur MODE.
- Définissez l'âge (A), tournez la molette pour sélectionner (plage : 1~99 ±1),
  confirmez en appuyant sur MODE.
- Réglez la taille (H), tournez la molette pour sélectionner (plage : 100~200 cm ±1),
  confirmez en appuyant sur MODE.
- Réglez le poids (W), tournez la molette pour sélectionner (plage : 20~150 kg ±1),
  confirmez en appuyant sur MODE.

REMARQUE
- Le réglage des paramètres utilisateur corrects est nécessaire pour :
  Fonctionnalité correcte de programme cible de fréquence cardiaque.
  La fonction correcte de mesure de la graisse corporelle et de l'IMC.
- La sélection d'un utilisateur détermine les « programmes utilisateur » qui seront chargés. Voir « Programme utilisateur »

Mode manuel

- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour sélectionner le programme d'entraînement, sélectionnez le mode M (manuel) et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour régler le niveau de tension
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir une durée d'entraînement
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir la distance de l'entraînement et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir les calories de l'entraînement
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir une limite pour les pulsations
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

‼ REMARQUE

- Si vous vous fixez plusieurs objectifs, l'entraînement s'arrêtera après chaque objectif atteint.
- Si vous laissez un objectif vide, il ne sera pas considéré comme une limite prédéfinie.
- Si vous fixez une limite pour les pulsations, l'entraînement ne s'arrêtera pas lorsque vous dépassez la limite. Une alarme sonore avertira l'utilisateur du dépassement de la limite.

- Appuyez sur la touche « START/STOP » pour commencer l'entraînement
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour régler le niveau de résistance. Le niveau de charge est affiché dans la fenêtre « LEVEL ».

Profil de programme 1-12

- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour sélectionner le programme d'entraînement, sélectionnez un des profils prédéfinis
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour régler le niveau de tension
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
  Le profil complet sera adapté proportionnellement.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir une durée d'entraînement
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

- Appuyez sur la touche « START/STOP » pour commencer l'entraînement
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour régler le niveau de résistance.
  Le profil complet sera adapté proportionnellement.
  Le niveau de charge est affiché dans la fenêtre « LOAD ».

En mode de profil de programme, la tension sera automatiquement ajustée à un profil prédéfini.

‼ REMARQUE

- La durée de chaque segment du profil correspond à 1/8 de votre durée d'entraînement prédéfinie.
- Si aucune durée d'entraînement n'est définie, la durée de chaque segment sera de ± 20 secondes, et le profil sera redémarré à plusieurs reprises jusqu'à ce que vous arrêtiez vous-même l'entraînement.

Contrôle du rythme cardiaque

- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour sélectionner le programme d'entraînement, sélectionnez rythme cardiaque (icône de cœur)
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour définir le rythme cardiaque cible:

55%	=	55% de la somme (220 moins *Âge)
75%	=	75% ode la somme (220 moins *Âge)
90%	=	90% de la somme (220 moins *Âge)
TA	=	Cible (100 par défaut)

*Âge paramètre doit être défini dans "Définir l'utilisateur"

appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

- Lorsque TA est défini, utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour définir la cible (30-230) et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir une durée d'entraînement
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

- Appuyez sur la touche « START/STOP » pour commencer l'entraînement
- Utilisez « RESET » pour revenir au menu principal.

En mode Cardio, la tension sera automatiquement ajustée à une insensibilité où votre fréquence cardiaque atteindra la cible prédéfinie.

‼ REMARQUE

- Le mode cardio nécessite un signal de fréquence cardiaque pour fonctionner.
- Le point d'interrogation et le symbole de cœur s'affichent dans la fenêtre principale lorsque le signal de fréquence cardiaque n'est pas reçu par la console pour être notifié.
- Lorsque la fréquence cardiaque est perdue pendant plus de 5 secondes, le programme se met automatiquement en mode pause.

ASTUCE RAPIDE

- Le programme « Contrôle de la fréquence cardiaque » fonctionne mieux lorsque les paramètres de l'utilisateur sont réglés correctement.

Watt control (W)

- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour sélectionner le programme d'entraînement, sélectionnez Watt Control (W)
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour définir l'objectif de Watts : 120 est la valeur par défaut (10-350)
  appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.
- Utilisez la molette « VERS LE HAUT/VERS LE BAS » pour prédéfinir une durée d'entraînement
  et appuyez sur « MODE » pour confirmer votre choix.

- Appuyez sur la touche « START/STOP » pour commencer l'entraînement
- Utilisez « RESET » pour revenir au menu principal.

En mode Watt, la tension sera automatiquement ajustée à une insensibilité où la valeur de Watts atteindra l'objectif prédéfini.

TUNTURI®

‼ REMARQUE
- Le paramètre Watt est un calcul du nombre de rotations par minute et du niveau de tension.
  Plus le nombre de rotations par minute sera élevé, moins la tension sera élevée.
  Moins le nombre de rotations par minute sera élevé, plus la tension sera élevée.

Programme utilisateur (U)

Mode programmation de l'utilisateur.
Un programme utilisateur sélectionné s'ouvre toujours en mode programmation.
- Utilisez la molette Vers le haut/Vers le bas pour sélectionner le programme d'entraînement,
  Sélectionner le profil utilisateur (U),
  et confirmez en appuyant sur MODE.
- Utilisez la molette Vers le haut/Vers le bas pour régler le niveau de tension pour le premier segment du profil.
  Confirmez en appuyant sur MODE.
- Faites de même pour le reste des niveaux de tension du segment de profil.

‼ REMARQUE
- Chaque segment que vous programmez, et que vous confirmez en appuyant sur le bouton « Mode » est automatiquement mémorisé.
- Un programme utilisateur préprogrammé ne peut pas être effacé, mais peut être écrasé pour adapter à tout moment le profil à vos besoins.

Démarrer un programme utilisateur
- Lorsque vous êtes en mode programmation, appuyez sur le bouton MODE pendant 2 secondes à n'importe quel stade du mode programmation, pour ouvrir le mode de programmation horaire.
- Utilisez la molette Vers le haut/Vers le bas pour prédéfinir une durée d'entraînement
  plage : 1:00 ~ 99:00 (± 1:00)
  Confirmez en appuyant sur MODE.
  Appuyez sur la touche START/STOP pour commencer l'entraînement
- Utilisez la touche RESET pour revenir au menu principal.

En mode de profil Programme utilisateur, la tension sera automatiquement ajustée au profil prédéfini.
La durée de chaque segment du profil correspond à 1/8 de votre durée d'entraînement prédéfinie.

‼ REMARQUE
- Il n'y a qu'un seul programme utilisateur disponible par profil utilisateur.
  Voir « Définir l'utilisateur »

Recovery (Récupération)

La fonction de récupération consiste à enregistrer l'état cardiaque en mesurant la vitesse de récupération de votre fréquence cardiaque en battements par minute. Plus vite votre rythme cardiaque revient à la normale, mieux vous vous portez.
C'est pourquoi il est conseillé d'utiliser cette fonction directement après votre séance d'entraînement.

- La touche RECOVERY (récupération) est valide si un pouls est décelé.
- TIME (durée) affiche « 0:60 » (secondes) et compte à rebours jusqu'à 0.
- L'ordinateur affiche F1 à F6 après le compte à rebours afin de tester l'état de récupération du rythme cardiaque. Le niveau de récupération du rythme cardiaque peut être retrouvé dans le graphique ci-après.
- Appuyer à nouveau sur la touche RECOVERY (récupération) pour revenir au début.

Comment lire le résultat du test.
Le résultat est basé sur l'état de votre fréquence cardiaque. Lorsque vous êtes actif, votre fréquence cardiaque augmente en battements par minute (bpm.).
Lorsque vous terminez votre séance d'entraînement, votre rythme cardiaque se stabilise à la normale. Plus votre rythme cardiaque se stabilise rapidement, meilleure est votre condition cardiaque.
Lorsque votre fréquence cardiaque diminue d'au moins 50 bpm pendant la minute de test, votre résultat indiquera F1.
Lorsque votre fréquence cardiaque diminue de 41~50 bpm pendant la minute de test, votre résultat indiquera F2.
Et ainsi de suite.

F1	Extraordinaire	50+ bpm
F2	Excellent	41 ~ 50 bpm
F3	Bien	31~ 40 bpm
F4	Assez bien	21 ~ 30 bpm
F5	Inférieur à la moyenne	11 ~ 20 bpm
F6	Médiocre	0 ~ 10 bpm

‼ REMARQUE
- Les résultats de la « Récupération » ne peuvent servir que de référence et n'ont aucune valeur médicale.
- Si votre rythme cardiaque a augmenté pendant la minute de test, il indiquera également F6.

Body Fat (Masse grasse)

- Appuyer sur la touche BODY FAT (masse grasse) pour démarrer la mesure de la masse grasse.
- Pendant la mesure, les utilisateurs doivent tenir les poignées des deux mains. L'écran LCD affiche « - » « - - » « - - - » « - - - - » pendant 8 secondes jusqu'à ce que l'ordinateur finisse la mesure.
- L'écran LCD affichera le BMI (IMC) et le FAT % (% de graisse) .

‼ REMARQUE
- Des réglages de profil utilisateur corrects sont nécessaires pour cette fonction.

Code d'erreur du mode masse grasse
- *E-1
- Aucun signal de rythme cardiaque n'est détecté.
- *E-4
- Se produit lorsque FAT% (% de masse grasse) et le résultat de BMI (indice de masse corporelle) sont inférieurs à 5 ou supérieurs à 50.

ASTUCE RAPIDE
- La fonction de mesure de la « graisse corporelle et de l'IMC » fonctionne mieux lorsque les paramètres de l'utilisateur sont correctement définis.

Bluetooth & APP

- Cette console peut être connectée àn APP sur l'appareil intelligent via Bluetooth.
  (iOS & Android)
- Établissez la connexion Bluetooth uniquement via le mode de connexion sur l'application installée sur votre périphérique intelligent.
- Une fois la console connectée à l'appareil intelligent via Bluetooth elle s'éteindra.

‼ NOTE
- Tunturi vous fournit seulement la possibilité de raccorder votre console de fitness via une connexion Bluetooth. Par conséquent, Tunturi ne peut être tenu responsable des dommages ou du mauvais fonctionnement des produits autres que ceux de Tunturi.
- Consultez le site Web pour plus d'informations.

Cette console peut recevoir un émetteur de fréquence cardiaque Bluetooth. Il n'est pas nécessaire d'apparier l'appareil, car la console détectera automatiquement l'émetteur de fréquence cardiaque lorsque celui-ci est à portée.

Usage

Instructions de réglage de la résistance

Tournez le contrôleur de résistance à 8 niveaux (44) avec la flèche alignée sur le numéro de vitesse comme indiqué dans la Fig. D-4. Tournez dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter progressivement la résistance.
Tournez dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour diminuer progressivement la résistance.
Le numéro 8 a la résistance la plus élevée et le numéro 1 a la résistance la plus faible.

Instructions de Remplacement de la Batterie

Lorsqu'il est nécessaire de remplacer la batterie, comme indiqué dans la Fig. D-3, utilisez votre main pour pousser le moniteur (43) vers le haut hors du carter de chaîne (45), éjectez le moniteur (43), remplacez la batterie par une nouvelle, puis remettez le moniteur (43) sur le carter de chaîne (45).

‼ REMARQUE
- Les piles usagées doivent toujours être recyclées conformément aux réglementations locales afin de préserver l'environnement.

⚠ AVERTISSEMENT
- N'exposez pas les piles à de grands changements de température pour éviter qu'elles ne coulent.
- Pour éviter que vos piles ne coulent, retirez-les si vous prévoyez de ne pas utiliser votre appareil pendant de longues périodes.
- Lorsque vous insérez plusieurs piles dans un appareil, utilisez toujours la même marque, le même type et le même niveau d'énergie.

Utilisation de la sangle ajoutée

Le Mini vélo est équipé de pieds antidérapants, mais si vous avez l'impression que le Mini vélo glisse, vous pouvez ajouter une sangle pour un soutien supplémentaire. Vous pouvez attacher la sangle à une chaise comme indiqué dans la Fig. D-5.

Nettoyage et maintenance

Cet équipement ne nécessite aucune maintenance spéciale. L'équipement n'a besoin d'aucune calibration après son assemblage, son utilisation et son entretien conformément aux instructions.

⚠ AVERTISSEMENT
- N'utilisez aucun solvant pour nettoyer l'équipement.
- Le nettoyage et l'entretien de l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
- Nettoyez l'équipement avec un chiffon doux et absorbant après chaque usage.
- Vérifiez régulièrement le serrage de tous les écrous et vis.

Défauts et dysfonctionnements

Malgré un contrôle continu de la qualité, des défauts et des dysfonctionnements causés par des pièces individuelles peuvent survenir dans l'équipement. Dans la plupart des cas, il suffira de remplacer la pièce défectueuse.

- Si l'équipement ne fonctionne pas correctement, contactez immédiatement le revendeur.
- Fournissez au revendeur le numéro de modèle et le numéro de série de l'équipement. Indiquez la nature du problème, les conditions d'utilisation et la date d'achat.

Transport et rangement

⚠ AVERTISSEMENT
- Transportez et déplacez l'équipement avec précaution.
- Déplacez l'équipement et posez-le avec précaution.
- Placez une protection sous l'appareil pour éviter d'endommager le sol.
- Déplacez et soulevez l'équipement avec précaution sur des surfaces inégales.
- Ne déplacez pas l'équipement en saisissant les pédales, mais utilisez la poignée prévue à cet effet sur le dessus du capot.
- Rangez et utilisez votre appareil dans un endroit sec, sans variations de température importantes.

Garantie

Garantie du propriétaire d'un équipment de Tunturi

Conditions de garantie
Le consommateur est protégé par la législation en vigueur concernant le commerce des biens de consommation. Cette garantie ne limite pas ces droits. La Garantie de l'acheteur n'est valide que si le produt est utilisé dans l'envionnement préconisé par la société Tunturi New Fitness BV, et est conservé tel que cela est indiqué pour cet équipement donné. L'environnement approuvé spécifique au produit et les instructions d'entretien sont indiqués dans le « manuel d'utilisation » du produit. Le « manuel d'utilisation » peut être téléchargé sur notre site Web. http://manuals.tunturi.com

Conditions de garantie
Les conditions de garantie sont applicables à compter de la date d'achat et peuvent varier selon les pays. Demandez conseil à votre revendeur.

Étendue de la garantie
En aucun cas Tunturi New Fitness BV, le revendeur ou le distributeur Tunturi ne répondra des éventuels dommages spéciaux, indirects, secondaires ou consécutifs, de quelque nature que ce soit, liés à l'utilisation de ou à l'inaptitude à utiliser cet équipement.

Restrictions de garantie
La garantie couvre les défauts de fabrication et de matériaux dans un équipement d'origine, sorti d'usine et conditionné par Tunturi New Fitness BV. La garantie couvre uniquement les défauts apparaissant lors d'une utilisation normale et conforme aux instructions du manuel du propriétaire, à condition que les instructions de montage, de maintenance et d'utilisation établies par Tunturi New Fitness BV aient été respectées. Tunturi New Fitness BV et les revendeurs Tunturi ne répondent pas des défauts occasionnés par des conditions indé pendantes de leur volonté. La garantie est applicable uniquement

au premier acheteur et est valable uniquement dans les pays où Tunturi New Fitness BV dispose d'un distributeur agréé. La garantie ne s'étend pas aux équipements de fitness ou aux pièces qui ont été modifiées sans l'autorisation de Tunturi New Fitness BV. La garantie ne s'applique pas aux défauts provenant d'une usure normale, d'une utilisation inadaptée, d'une utilisation dans des conditions non prévues par le fabricant, de la corrosion ou d'un dommage intervenu lors du chargement ou du transport.
La garantie ne couvre pas les sons ou les bruits émis par l'équipement s'ils ne gênent pas son utilisation et s'ils ne sont pas provoqués par un dysfonctionnement.
La garantie ne couvre pas non plus les mesures de maintenance, telles que le nettoyage, la lubrification ou la vérification normale des pièces, ni les actions que le client peut effectuer lui-même et qui n'exigent pas particulièrement de monter/ démonter l'équipement. Ces actions sont par ex¬emple le changement des compteurs, des pédales ou autres pièces similaires faciles à changer. Seules les réparations sous garantie effectuées par un revendeur ou par le distributeur agréé Tunturi seront prises en charge. Le non-respect des instructions décrites dans le Manuel de l'Utilisateur entraînera l'annulation de la garantie.

Données techniques

Paramètre	Unité de mesure	Valeur
Longueur	cm inch	51.5 20.3
Largeur	cm inch	45.0 17.7
Hauteur	cm inch	35.0 13.8
Poids	kg lbs	8.6 19
Poids maxi. utilisateur	kg lbs	100 220
Taille de pile	1x	AAA

Déclaration du fabricant

Tunturi New Fitness BV déclare que le Cardio Fit M40 Mini vélo est conforme aux normes et directives suivantes :

- Directive RoHS (2011/65/EU)
- Règlement général sur la sécurité des produits (RGSP) – (UE) 2023/988
- Règlement sur les batteries (UE) 2023/1542

Par la présente, Tunturi New Fitness BV déclare que l'équipement radio de Cardio Fit M40 Mini vélo est conforme à la directive 2014/53/EU.

La déclaration de conformité comprenant toutes les normes et directives peut être téléchargée sur notre site web :
https://doc.tunturi.com

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Pays-Bas

Limite de responsabilité

© 2024 Tunturi New Fitness BV
Tous les droits réservés.

- Le produit et le manuel sont sujets à modifications.
- Les spécifications peuvent hanger sans préavis.
- Consultez notre site Web pour obtenir la dernière version du manuel d'utilisation.



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

TUNTURI®

FEEL BETTER EVERY DAY

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

/ TunturiFitness

Tunturi_Fitness

Tunturi
Tunturi Service

20250626-W