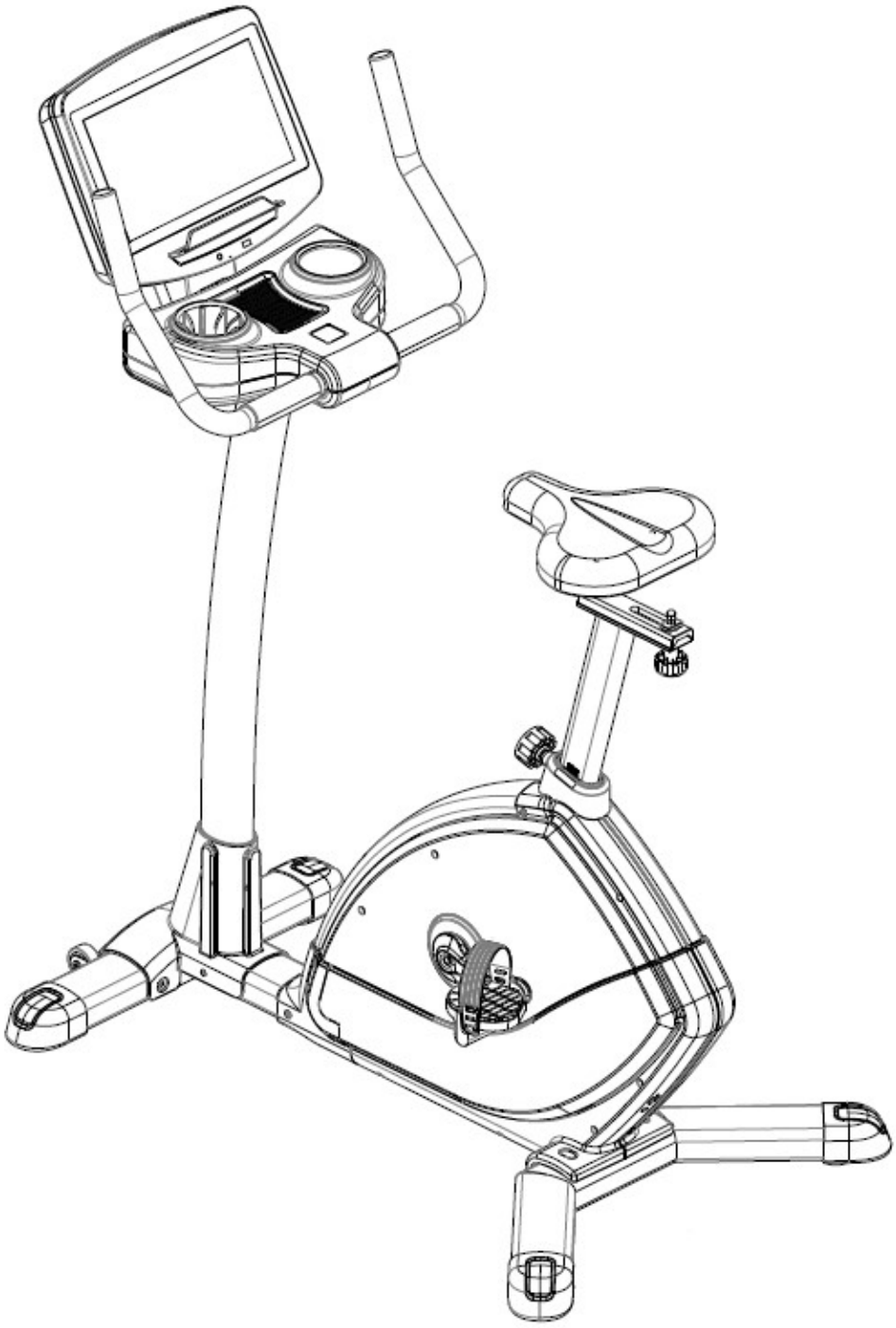
BHFITNESS



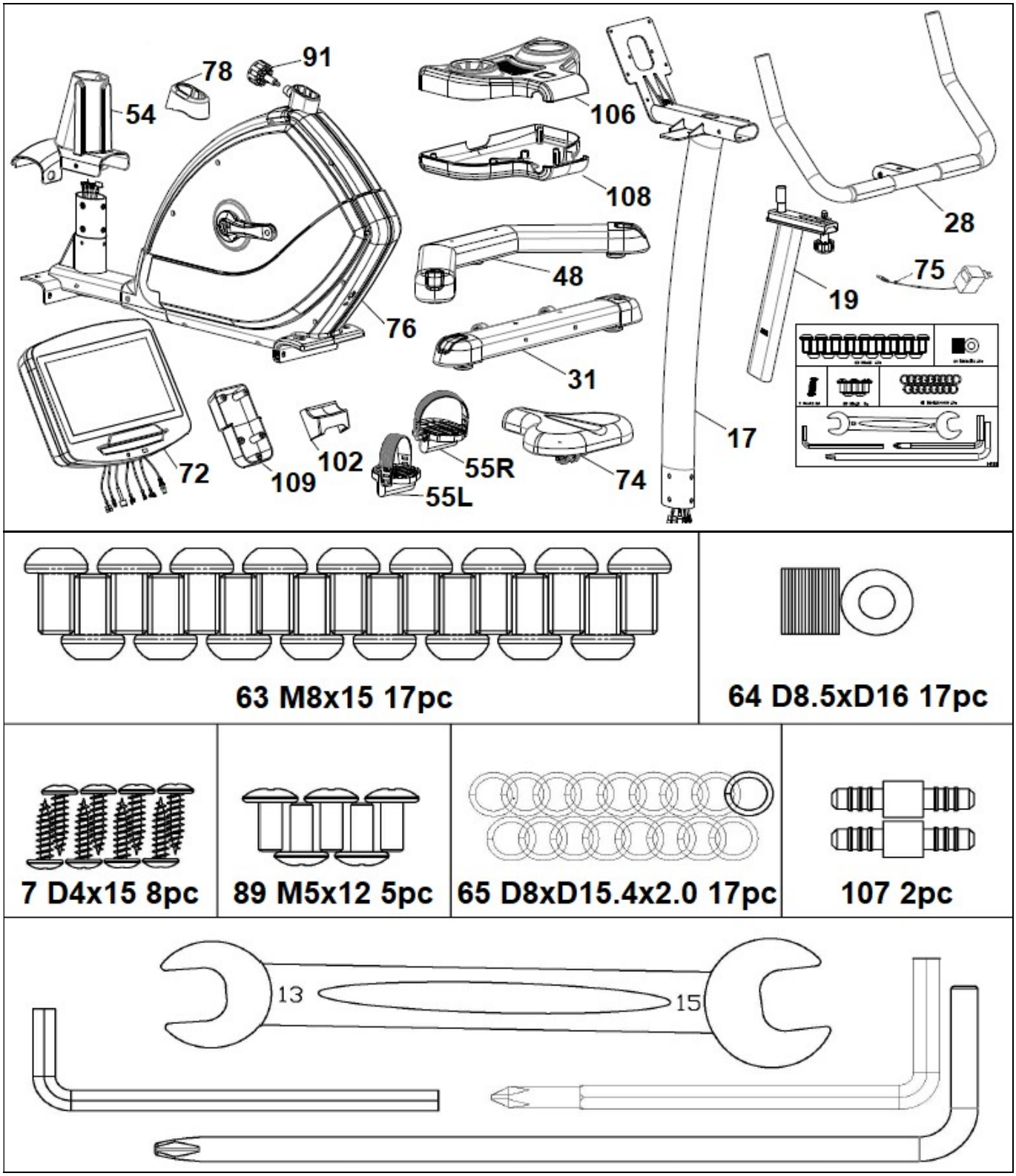
Návod k obsluze

MOD. H720R 12"

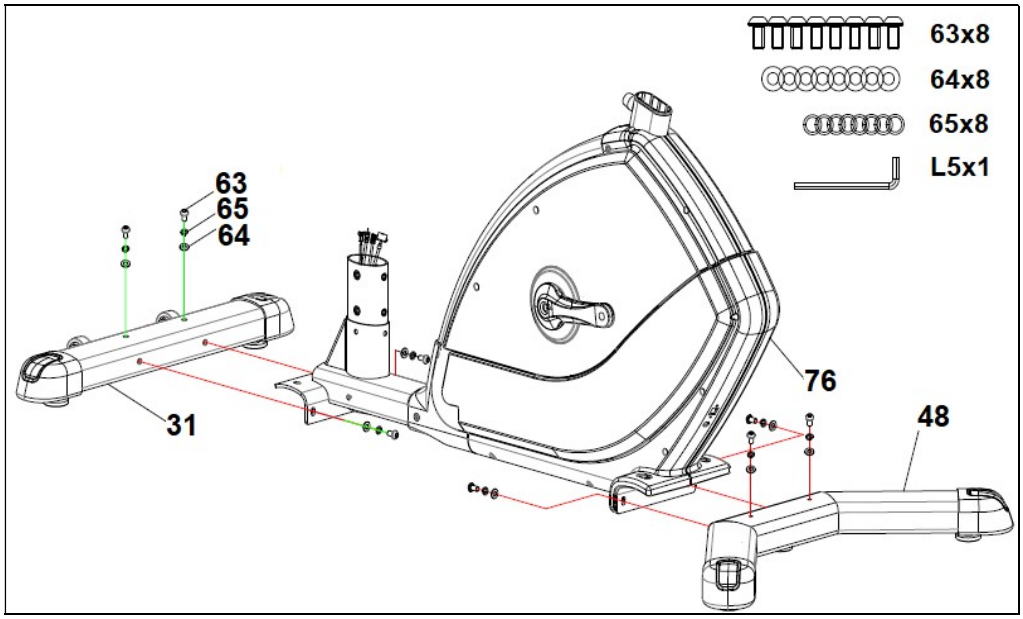


Rotoped BH FITNESS INERTIA H720R
Návod k obsluze

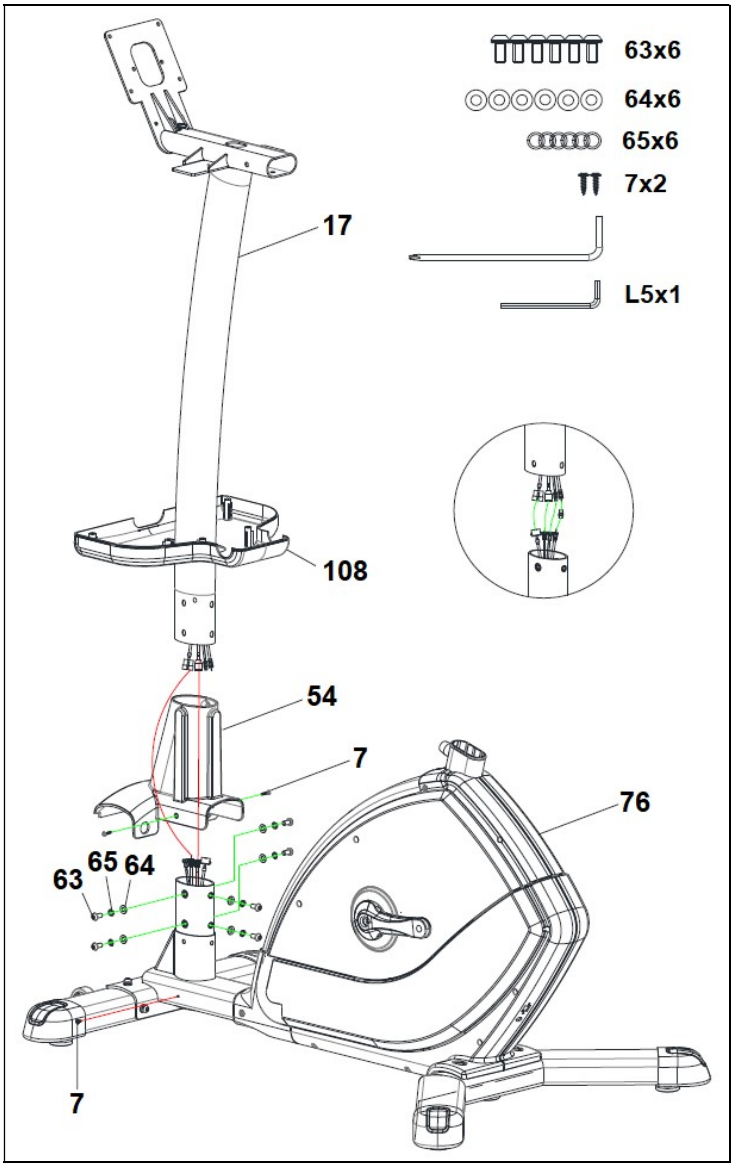
Obr. 1


78
91
54
106
108
28
48
75
19
76
31
72
109
102
55R
55L
74
17
63 M8x15 17pc
64 D8.5xD16 17pc
7 D4x15 8pc
89 M5x12 5pc
65 D8xD15.4x2.0 17pc
107 2pc
13
15

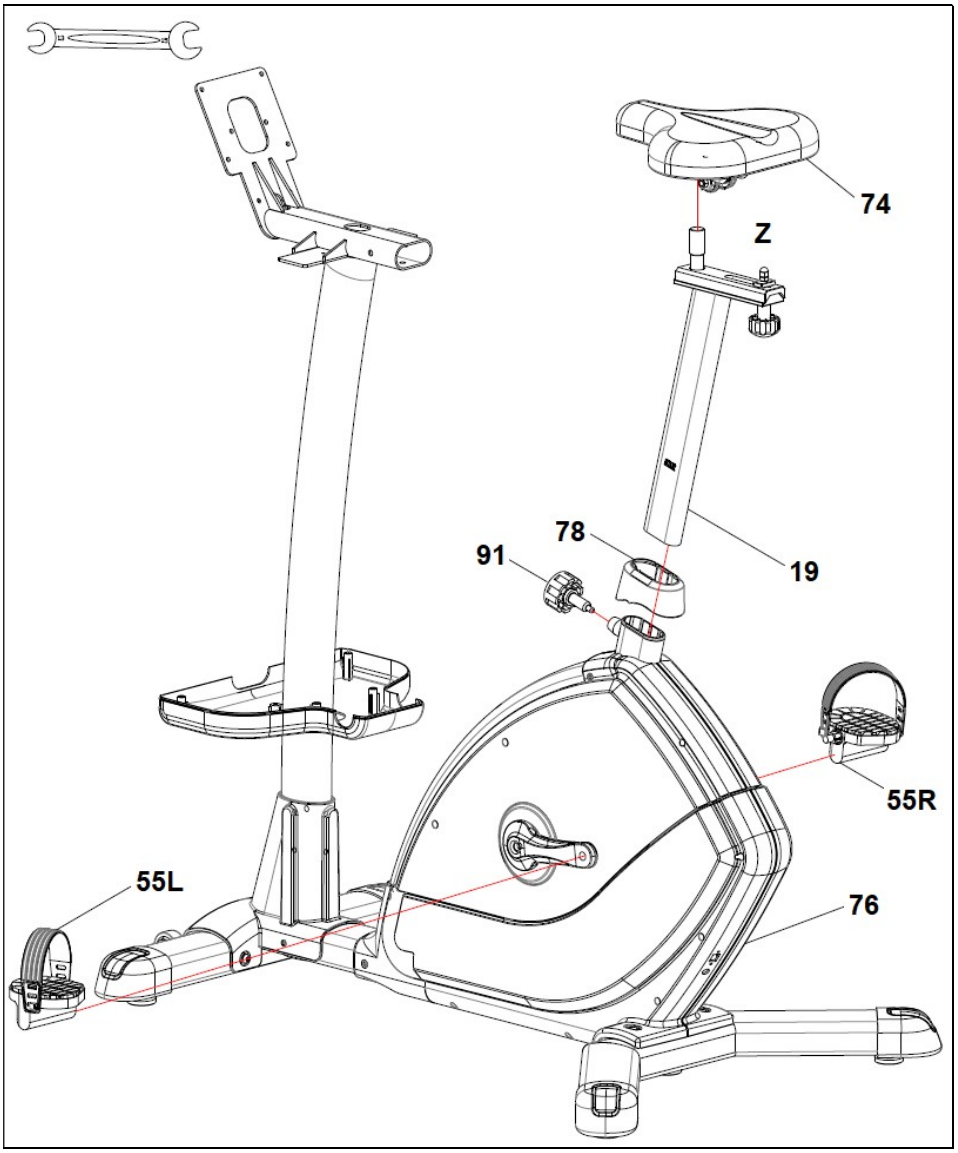
Obr. 2


63x8
64x8
65x8
L5x1
63
65
64
31
76
48

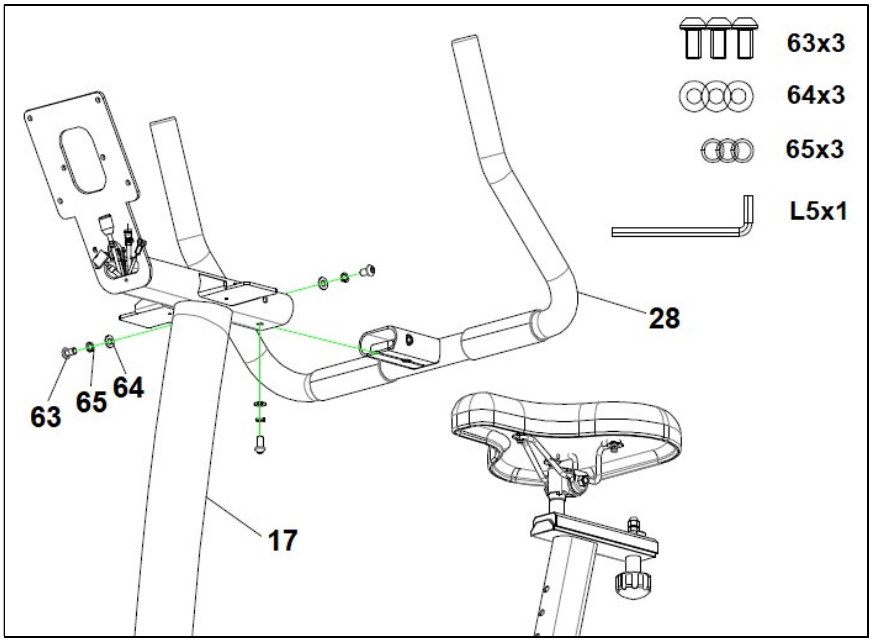
Obr. 3


63x6
64x6
65x6
7x2
L5x1
17
108
54
7
76
63
65
64
7

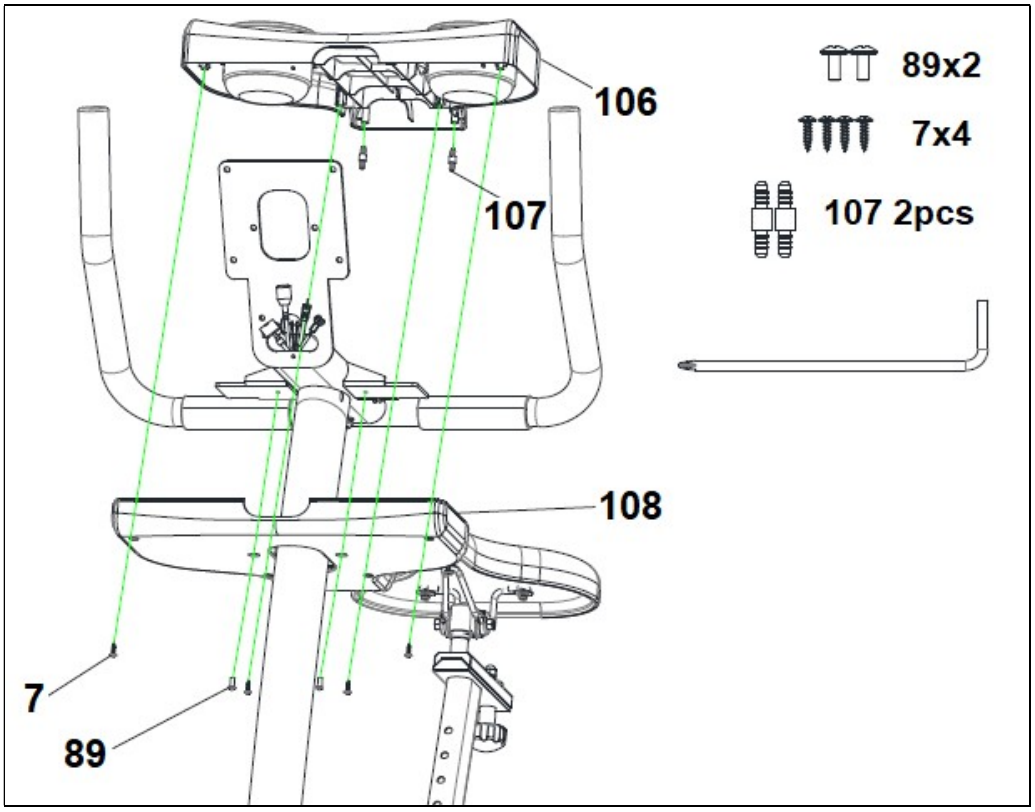
Obr. 4



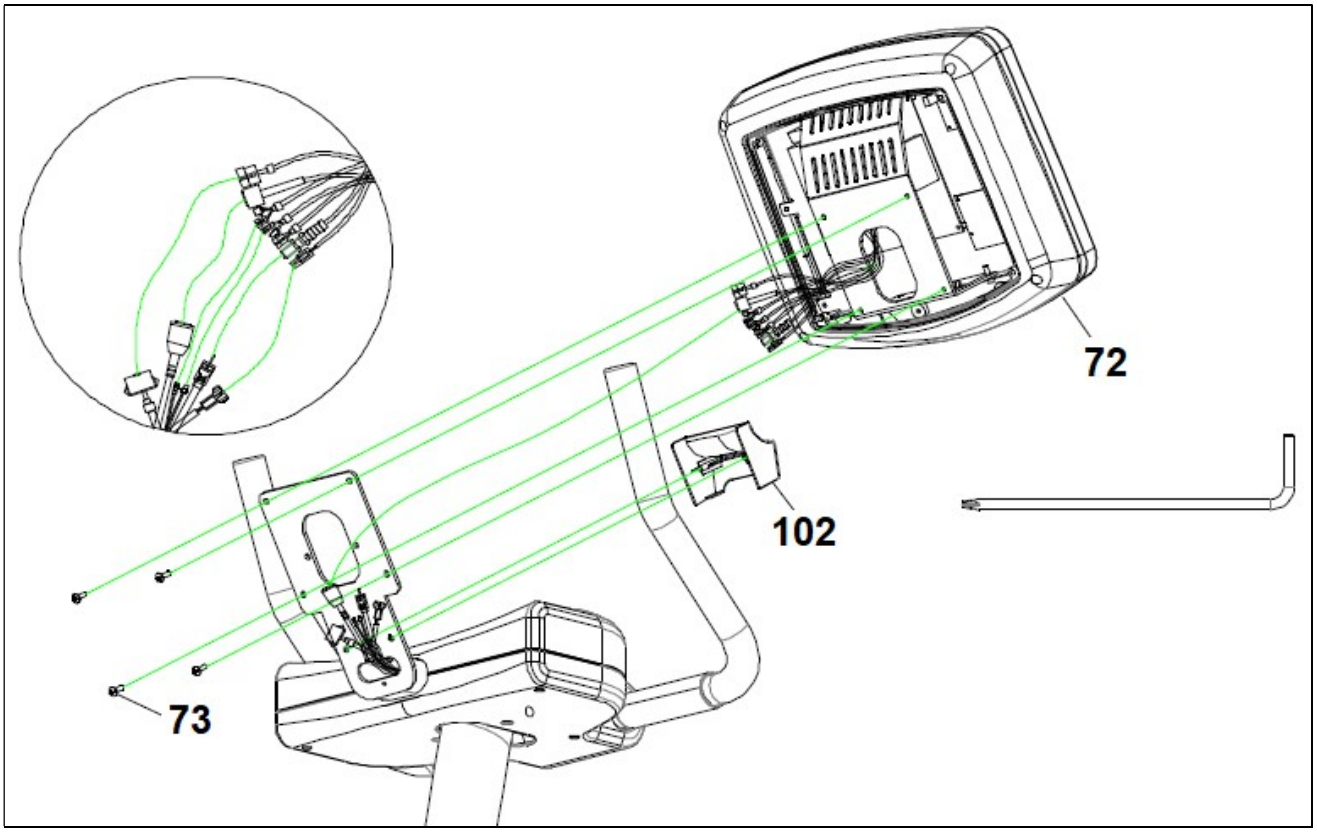
Obr. 5



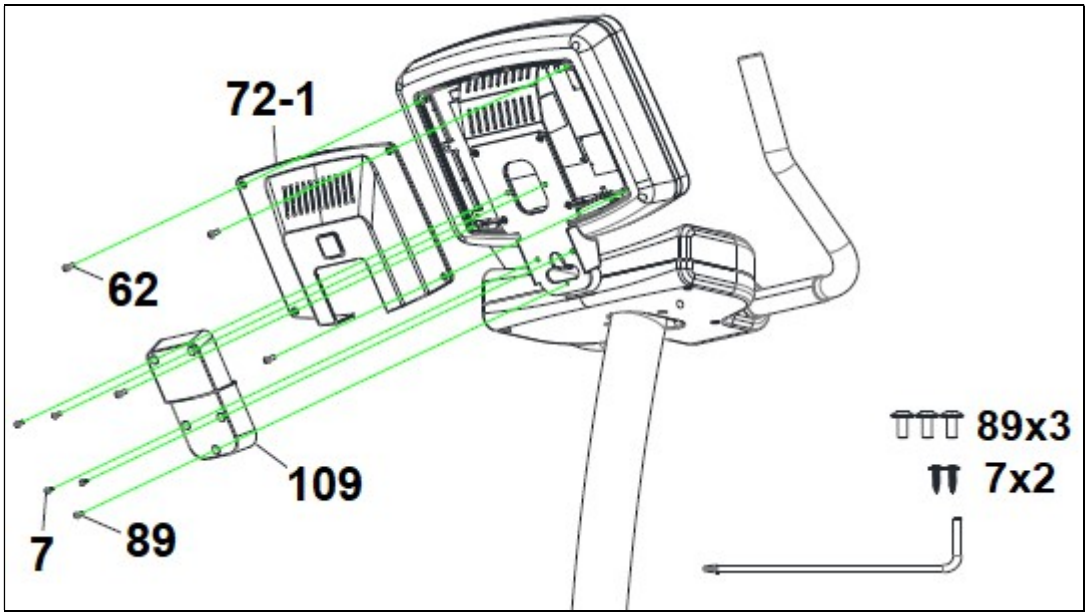
Obr. 6



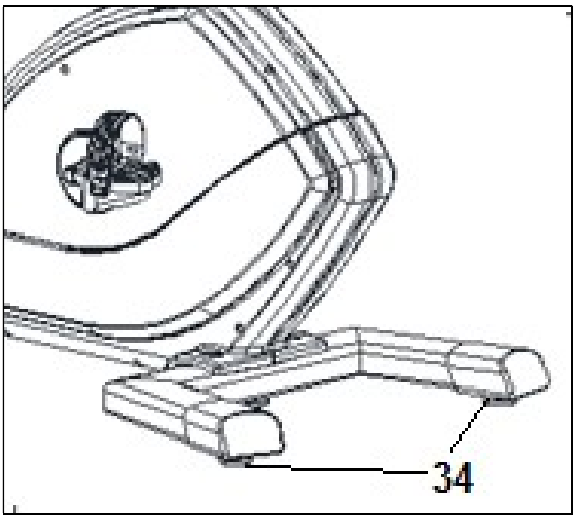
Obr. 7



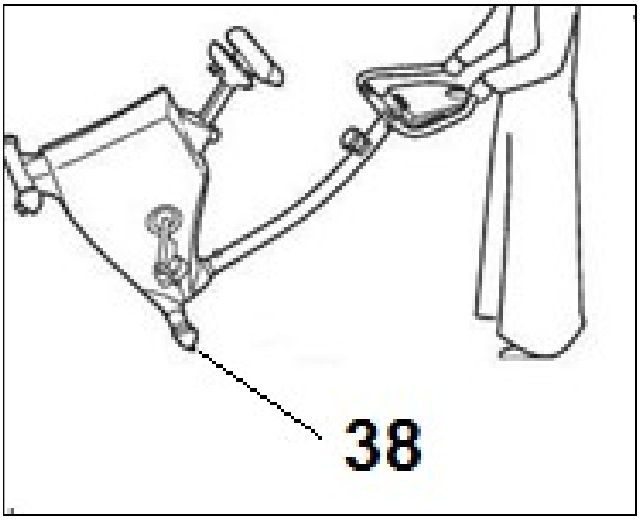
Obr. 8



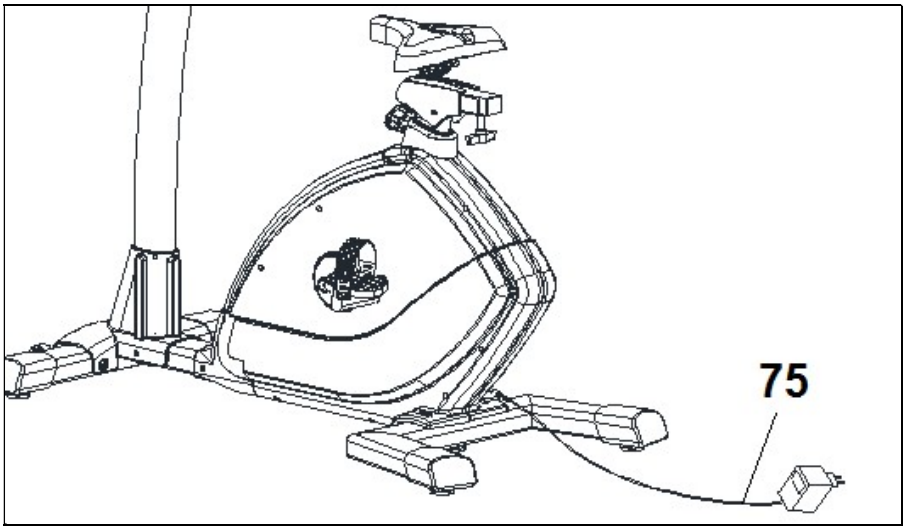
Obr. 9



Obr. 10



Obr. 11



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY
Trenažér byl navržen a vyroben pro maximálně bezpečné použití. Přesto je při jeho použití třeba dodržovat určité zásady.

Měli byste dodržovat následující bezpečnostní opatření:

1 Trenažér vždy udržujte mimo dosah dětí. Nenechávejte je bez dozoru v místnosti, kde se zařízení nachází.
2 Na trenažéru může v daném čase cvičit pouze jedna osoba.
3 Pokud během cvičení ucítíte závrať, nevolnost nebo bolest na hrudi, ihned přestaňte cvičit a neprodleně vyhledejte lékařskou pomoc.
4 Trenažér používejte na rovném a pevném povrchu. Nepoužívejte jej venku nebo v blízkosti vody. 5 Ruce udržujte dostatečně daleko od pohyblivých částí. 6 Na cvičení noste vhodný oděv. Nenoste volné oblečení, které se může zachytit v trenažéru. Vždy používejte sportovní obuv. Ujistěte se, že tkaničky či různé šňůrky máte řádně zavázané. 7 Trenažér smí být používán pouze k účelům popsaným v návodu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které není doporučeno přímo výrobcem. 8 Do blízkosti trenažéru neumisťujte žádné ostré předměty.
9 Lidé s postižením by neměli používat trenažér bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře. 10 Před použitím trenažéru proveďte několik zahřívacích cviků.
11 Nepoužívejte trenažér, pokud nefunguje správně.

Varování: Před začátkem cvičení na trenažéru se poraďte se svým lékařem, zejména, pokud je vám víc než 35 let nebo máte nějaké zdravotní problémy.

Pokyny uschovejte pro případné budoucí využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY
Pečlivě si přečtěte pokyny obsažené v tomto návodu. Naleznete zde důležité informace o montáži, bezpečnosti a používání rotopedu.
1 Trenažér byl testován a vyhovuje normě EN957. Je vhodný pro profesionální použití. Hmotnost uživatele nesmí přesáhnout 180 kg. Brzdění nezávisí na rychlosti.
2 Rodiče a osoby zodpovědné za péči o děti musí brát zřetel na dětskou zvědavost, aby nedošlo ke zbytečným úrazům. Děti si nesmí hrát v blízkosti trenažéru a trenažér nesmí v žádném případě sloužit jako hračka.
Majitel zařízení je zodpovědný za to, že každá osoba, která trenažér použije, je řádně informována o bezpečnostních opatřeních.

1. MONTÁŽNÍ NÁVOD
Při montáži je doporučena pomoc další osoby. Vyjměte jednotku z krabice a ujistěte se, že jsou zde všechny díly, obr. 1.
(76) Tělo trenažéru; (17) tyč k řidítkům; (28) řidítka;(31) stabilizátor s kolečky; (48) stabilizátor s vyrovnávači nerovností; (72) monitor; (54) kryt; (74) sedlo; (19) sedlový sloupek; (55L) levý pedál; (55R) pravý pedál; (78) kryt; (91) aretační šroub; (106) horní kryt držáku na lahev; (108) spodní kryt držáku na lahev; (102) přední kryt monitoru; (109) zadní kryt monitoru; (75) síťový adaptér.
Sáček se spojovacím materiálem obsahuje: (63) šroub M8x15; (64) plochá podložka D8.5; (7) samořezný šroub ST4.0x15; (65) podložka M8; (89) šroub M5x12; oboustranný klíč; klíče.

2. MONTÁŽ STABILIZÁTORŮ
Tělo trenažéru položte na podlahu, jak je znázorněno na obr. 2. Vezměte přední stabilizátor s kolečky (31), nasaďte šrouby (63), podložky (64), (65) a pevně je utáhněte.
Zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovností (48) umístěte na zadní stojan trenažéru. Vožte šrouby (63) s podložkami (64), (65) a pevně je utáhněte, obr. 2.

3. MONTÁŽ TYČE K ŘIDÍTKŮM
Vezměte hlavní sloupek (17) a nasaďte spodní kryt držáku na lahev (108) a kryt (54), viz obr. 3. Hlavní sloupek (17) dejte k výstupku na těle trenažéru (76) a propojte kabely, obr. 3. Nasuňte hlavní sloupek (17) přes výstupek na těle trenažéru (76), obr. 3. Dejte pozor, aby nedošlo k zachycení kabelů. Nasaďte šrouby (63) a podložky (64), (65), obr. 3, a pevně je utáhněte. Spusťte spodní kryt (54) hlavního sloupku dolů přes výstupek na těle trenažéru (76).

4. MONTÁŽ SEDLA
Vezměte sedlovou tyč (19) a připevněte k ní sedlo (74), obr. 4, utáhněte matice (Z). Nasaďte kryt (78) a sedlovou tyč (19) umístěte na výstupek na těle trenažéru pomocí aretačního šroubu (91), obr. 4.

NASTAVENÍ VÝŠKY SEDLA
Chcete-li zvýšit nebo snížit sedlo, nejprve lehce uvolněte aretační šroub (91) na sedlovém sloupku otáčením proti směru hodinových ručiček,

zatáhněte za aretační šroub zpět a bez jeho uvolnění posuňte sedlový sloupek nahoru nebo dolů, obr. 4. Když je ve správné výšce, uvolněte aretační šroub, který musí zapadnout do otvoru na sloupku. Utáhněte jej otáčením aretačního šroubu (91) ve směru hodinových ručiček.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA
Chcete-li sedlo nastavit vodorovně, uvolněte aretační šroub na vodorovné tyči sedla a posuňte sedlo spolu s tyčí do požadované polohy. Poté aretační šroub pevně utáhněte, obr. 4.

NAKLÁPĚNÍ SEDLA
Sedlo lze naklonit dopředu nebo dozadu. Povolte matici (Z) viz obr. 4, která se nachází pod sedlem, nakloňte sedlo do požadované polohy a poté matici opět pevně utáhněte.
Nenastavujte sklon sedla, pokud na něm sedíte.

5. MONTÁŽ PEDÁLŮ
Pokyny k montáži pedálů musí být přesně dodrženy, protože nesprávné nasazení by mohlo poškodit závit šroubu na pedálu nebo klice. Pravou a levou stranou se má na mysli poloha, kterou uživatel zaujme při cvičení, když sedí na trenažéru. Pravý pedál (55R) označený písmenem (R) přišroubujte na pravou kliku (Q) označenou písmenem (R) ve směru hodinových ručiček a pevně utáhněte. Obr. 4. Levý pedál (55L) označený písmenem (L) přišroubujte na levou kliku označenou také písmenem (L) proti směru hodinových ručiček pevně utáhněte. Obr. 4.

6. MONTÁŽ ŘIDÍTEK
Řidítka (28) nasaďte na přední sloupek. Namontujte šrouby (63) a podložky (64), (65), obr. 5. Posuňte spodní kryt držáku na lahev (108) nahoru, nasaďte díly (107) a nasaďte horní kryt držáku na lahev (106) a připevněte kryty pomocí šroubů (7), (89), obr.6.

7. MONTÁŽ MONITORU
Sundejte zadní kryt monitoru. Odstraňte šrouby ze zadní desky monitoru. Nasaďte přední kryt (102), obr. 7. Monitor (72) umístěte na přední desku sloupku, jak je znázorněno na obr. 7, a šrouby našroubujte zpět. Propojte kabely vycházející z předního sloupku a monitoru. Namontujte zpět zadní kryt monitoru (72-1) pomocí šroubů (62), obr. 8. Připevněte zadní kryt (109) pomocí šroubů (7), (89), obr. 8.

VYROVNÁNÍ
Jakmile je jednotka umístěna do finální polohy, ujistěte se, že sedí rovně na podlaze a že je vodorovná. Toho lze dosáhnout zašroubováním nebo vyšroubováním vyrovnávačů nerovností (34) směrem nahoru nebo dolů, viz obr. 9.

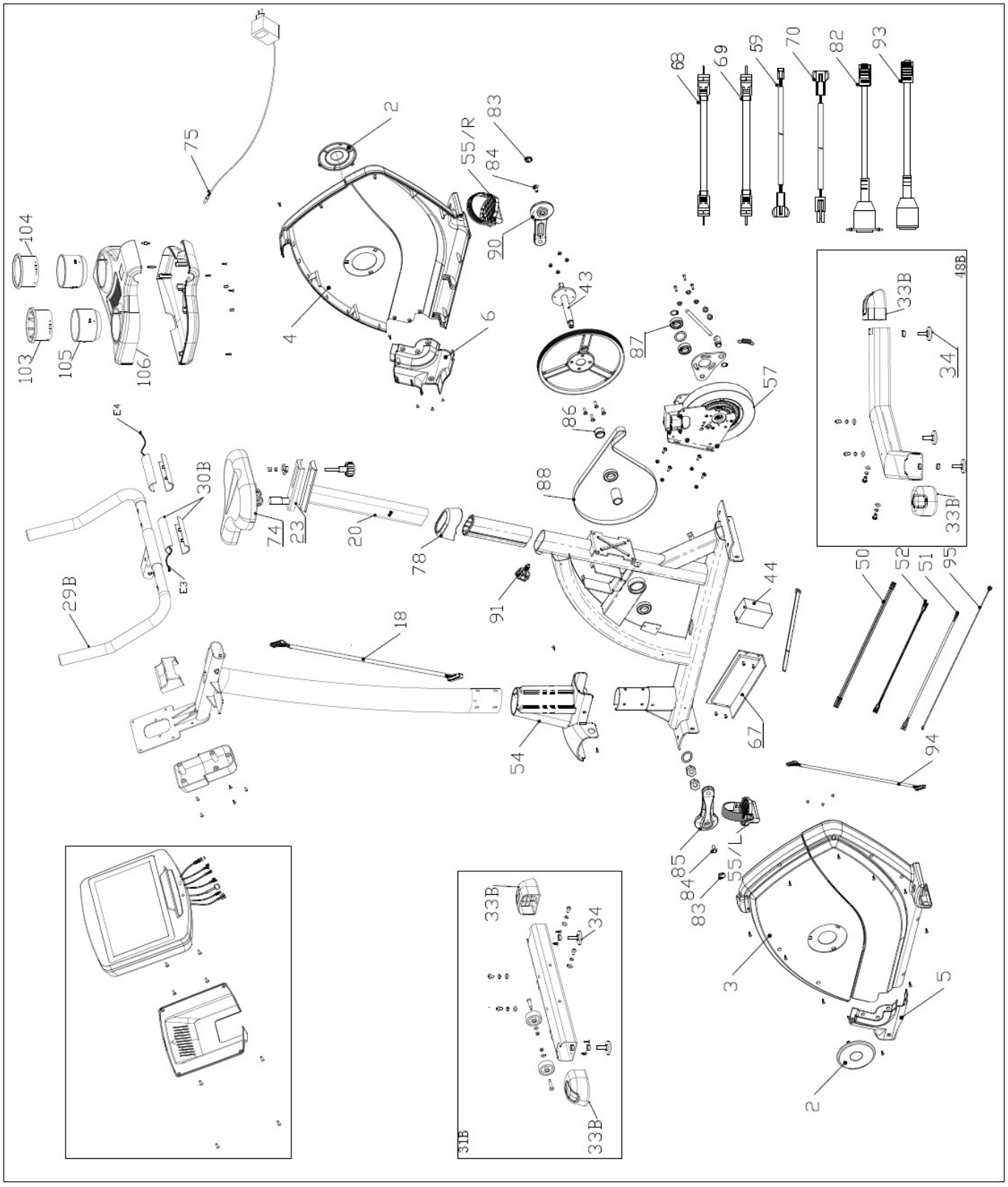
PŘESUN A SKLADOVÁNÍ
Jednotka je pro snadnější pohyb vybavena kolečky (38). Kolečka umístěná v přední části jednotky usnadňují její přesun do zvolené polohy, jak je znázorněno na obr. 10. Trenažér uchovávejte na suchém místě, pokud možno bez teplotních výkyvů.

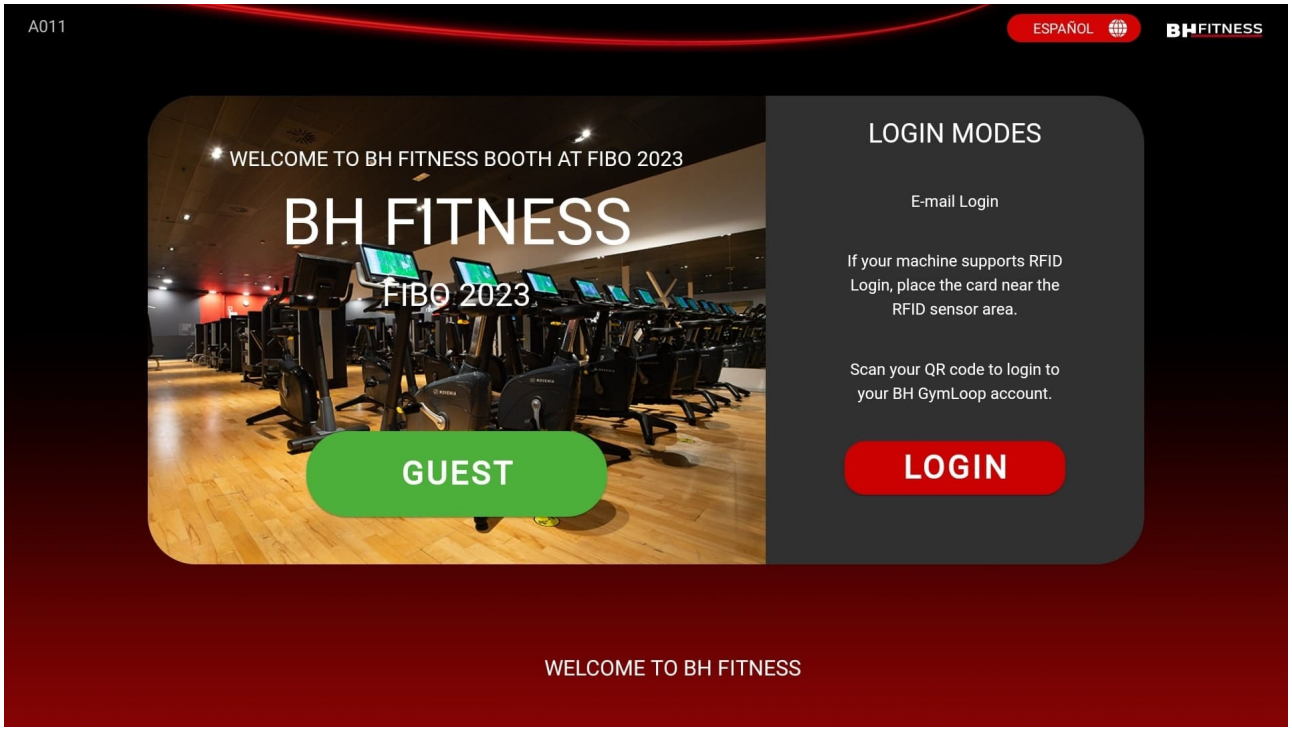
SÍŤOVÉ PŘIPOJENÍ
Konektor na transformátoru (75) vložte do otvoru na těle trenažéru (spodní část, zadní strana) a poté zapojte transformátor do zásuvky (220V), obr. 11.

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

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

H720RBM


75
2
55/R
83
84
90
4
6
43
87
57
86
88
104
103
105
106
68
69
59
70
82
93
48B
33B
34
E4
30B
74
23
20
78
91
29B
E3
18
44
50
52
51
95
54
67
94
85
84
83
55/L
3
5
2
31B
33B
34
33B



ELEKTRONICKÝ MONITOR

ČEŠTINA

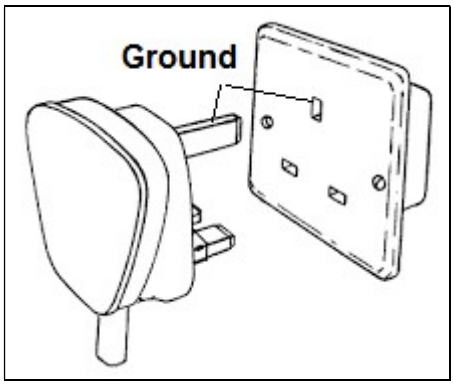
OBECNÉ POKYNY

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

PŘIPOENÍ STROE

Nejprve zapojte hlavní napájecí kabel transformátoru do uzemněné elektrické zásuvky 100–240 V, jak je znázorněno na obr. 1.

Obr. 1



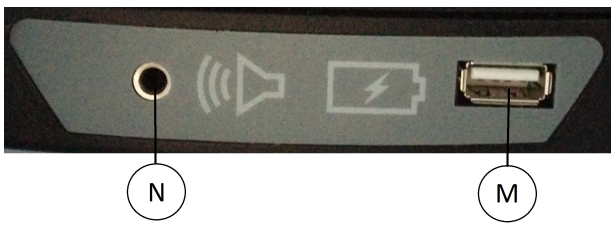
ZVUKOVÉ PRVKY – obr. 2

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

M.-USB konektor pro nabíjení zařízení.

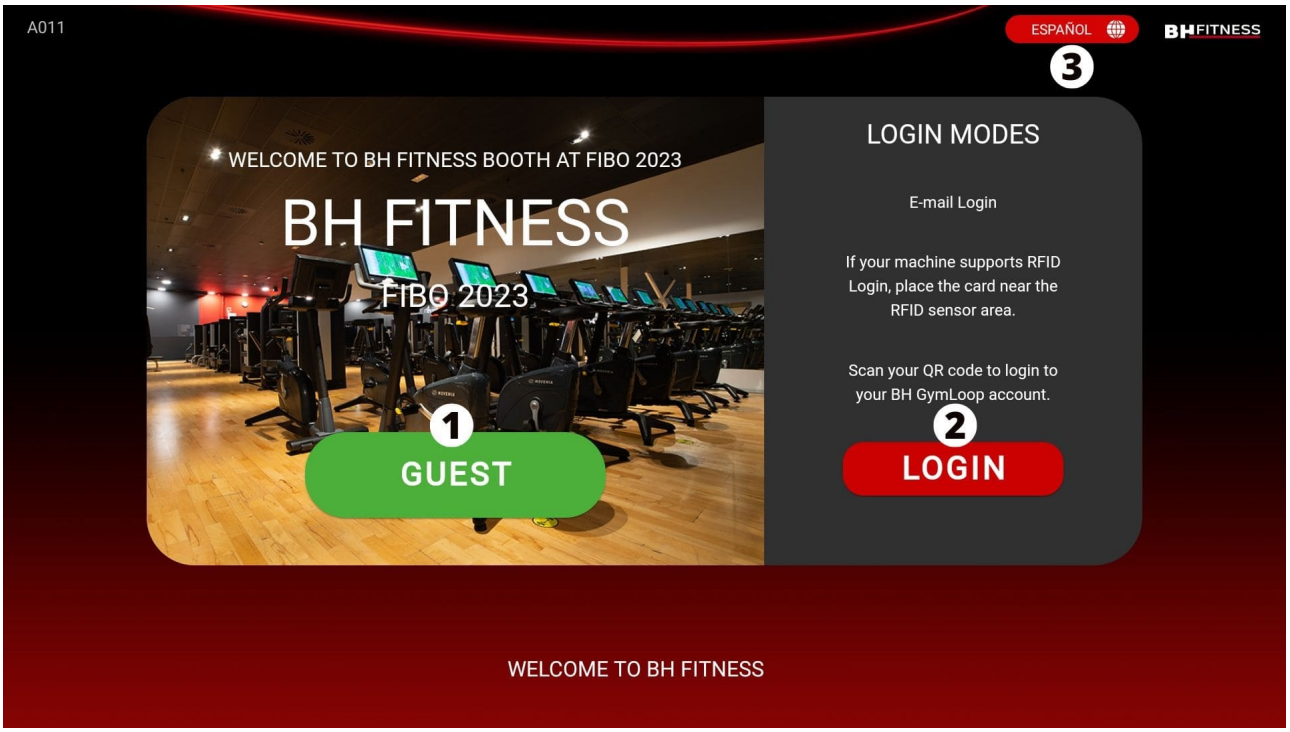
N.- Konektor pro sluchátka.

Obr. 2



ZAPNUTÍ.

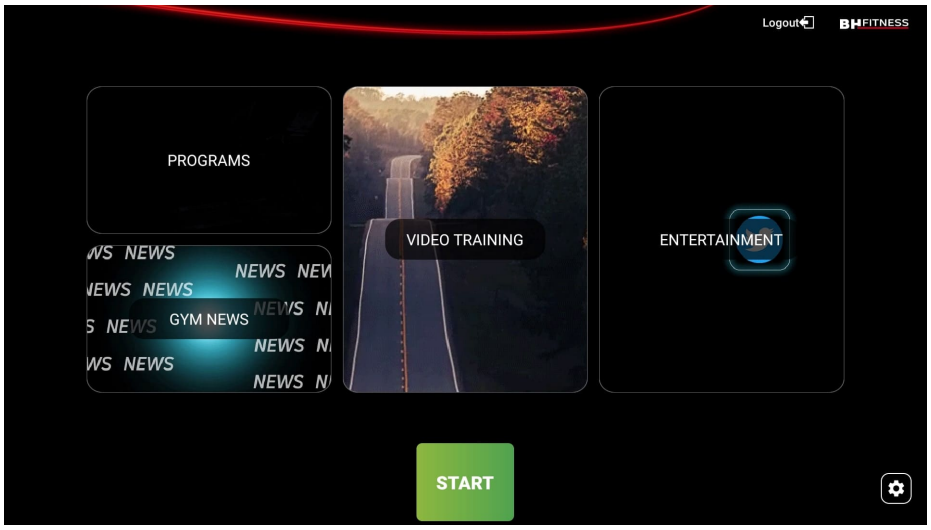
Obrazovka 0



Jakmile je zařízení zapojeno do zásuvky a zapnuto, zobrazí se úvodní obrazovka, Obrazovka 0. Chcete-li vybrat možnost, stiskněte:

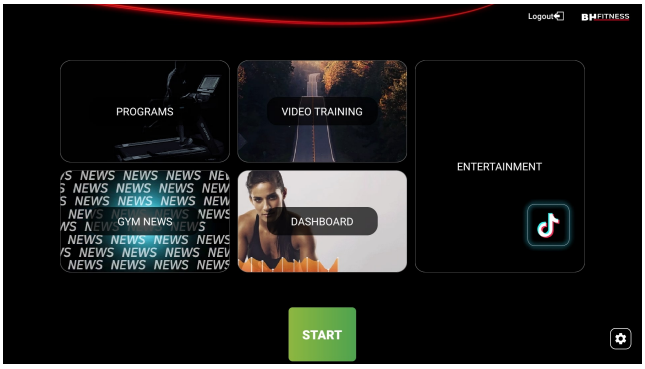
1 – HOST. Chcete-li se přihlásit jako host a vstoupit do hlavní nabídky, obrazovka **1. Data** nebudou nahrána do vašeho účtu, pokud nejste přihlášeni jako registrovaný uživatel.

Obrazovka 1

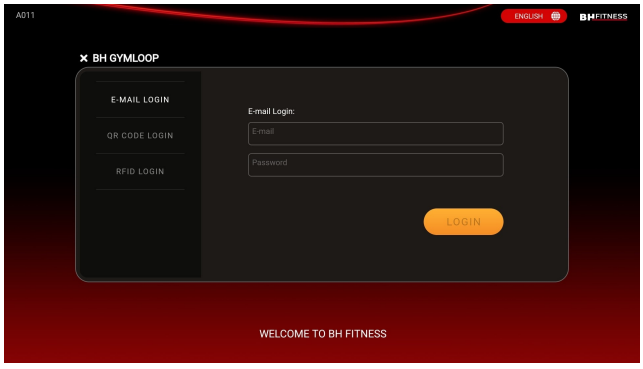


2. PŘIHLÁŠENÍ. Pro přihlášení jako registrovaný uživatel a vstup do hlavní nabídky, **Obrazovka 1**. Uživatel musí mít účet na platformě kompatibilní s BH fitness. Uživatele lze identifikovat pomocí e-mailové adresy, **Obrazovka 2**, QR kódu, **Obrazovka 3** nebo pomocí čtečky RFID, **Obrazovka 4.**

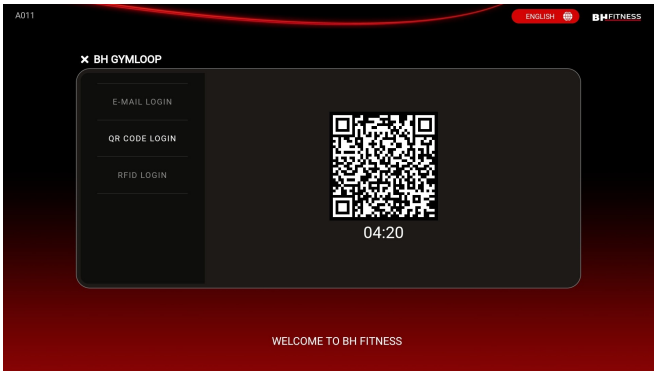
Obrazovka 1



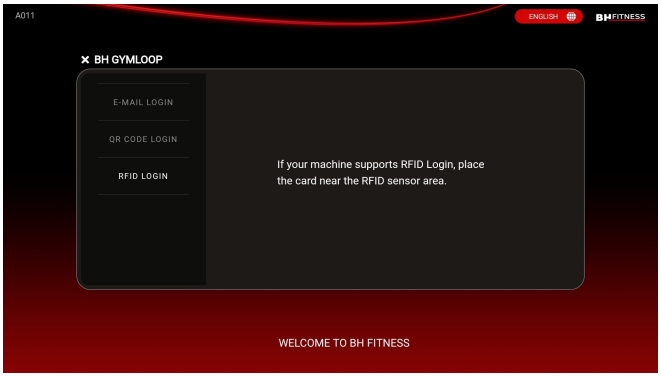
Obrazovka 2



Obrazovka 3

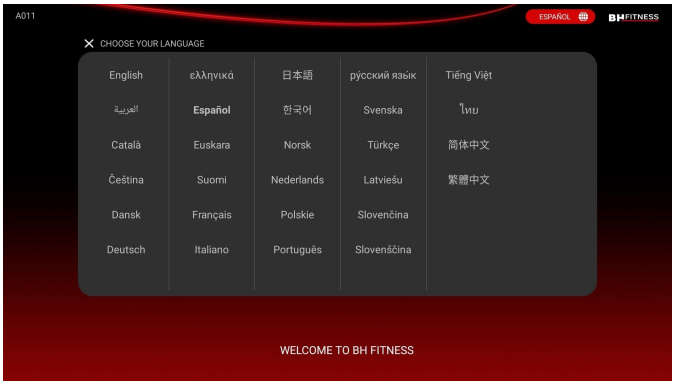


Obrazovka 4



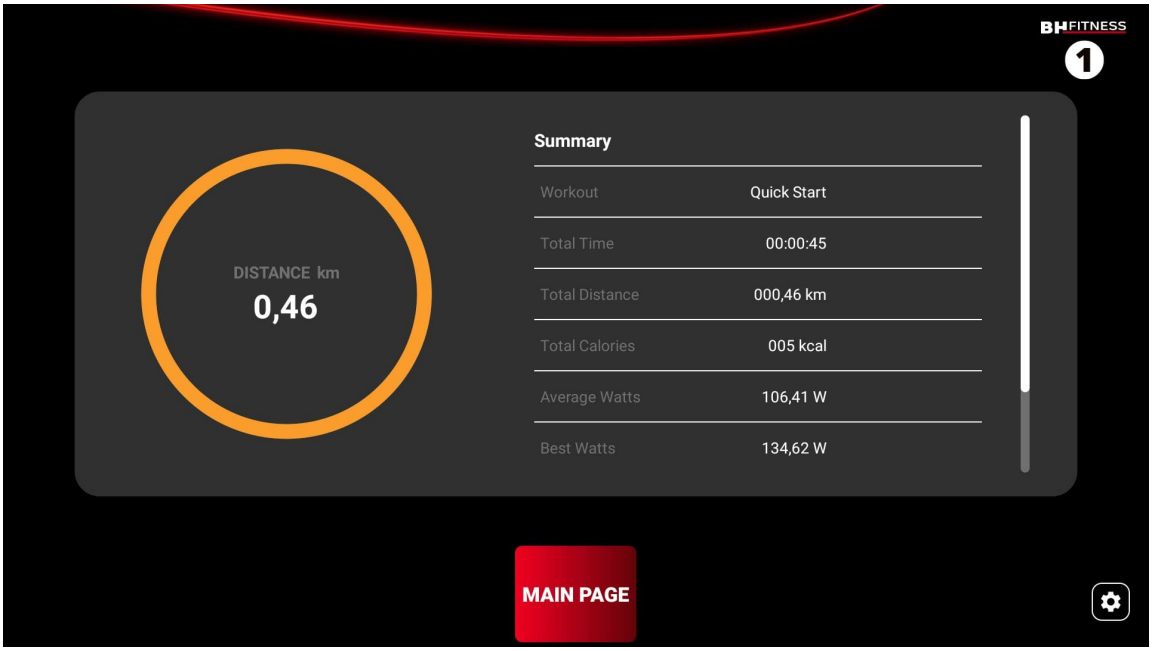
3. Chcete-li změnit jazyk monitoru, **obrazovka 5.** Vyberte jazyk pro návrat na **obrazovku 0.**

Obrazovka 5



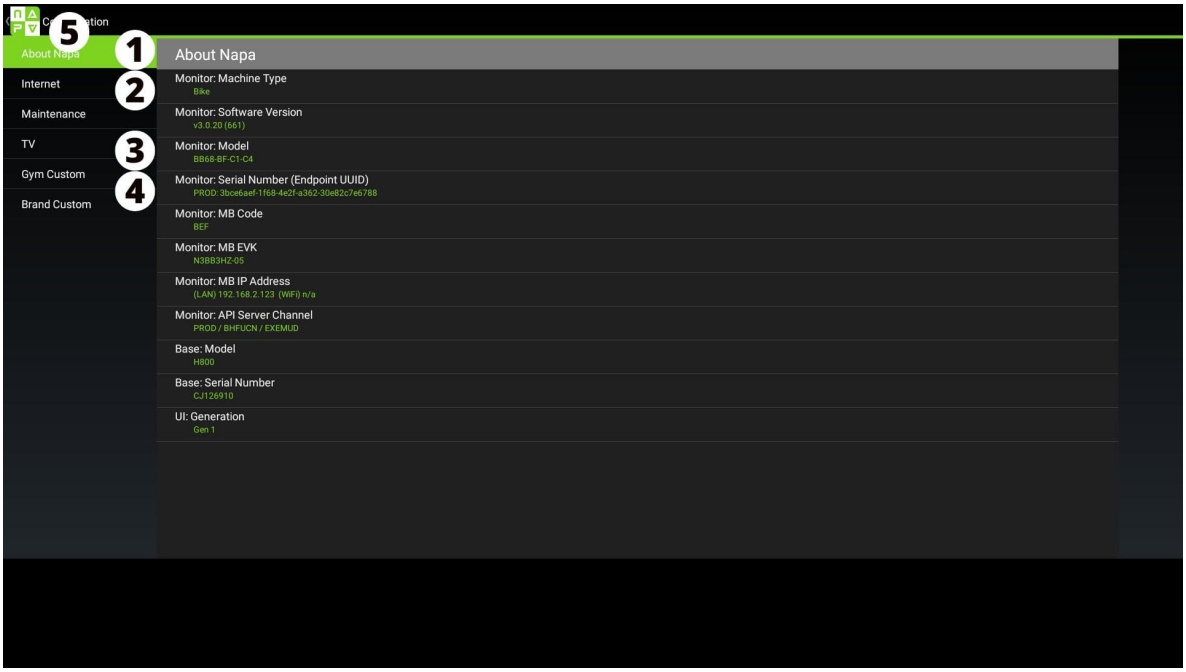
VSTUP/VÝSTUP Z MENU BACKOFFICE.

Obrazovka 6



Na souhrnné obrazovce, která se zobrazí po cvičení, **Obrazovka 6**, stiskněte a podržte logo **BH FITNESS** (1) v pravém horním rohu pro vstup do skryté nabídky nebo kanceláře, **Obrazovka 7.**

Obrazovka 7



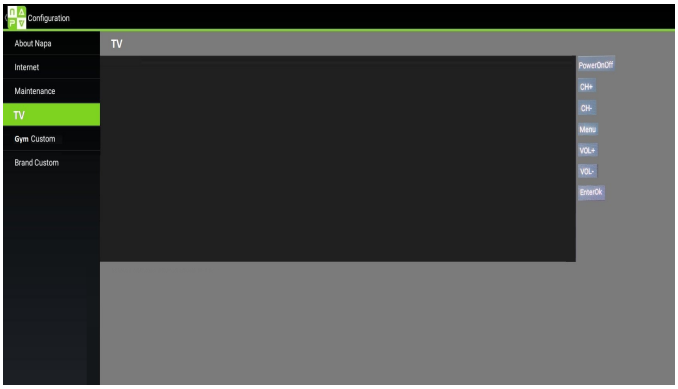
Z backoffice můžete nastavit následující možnosti:

1. O Napě. Podrobnosti o monitoru.

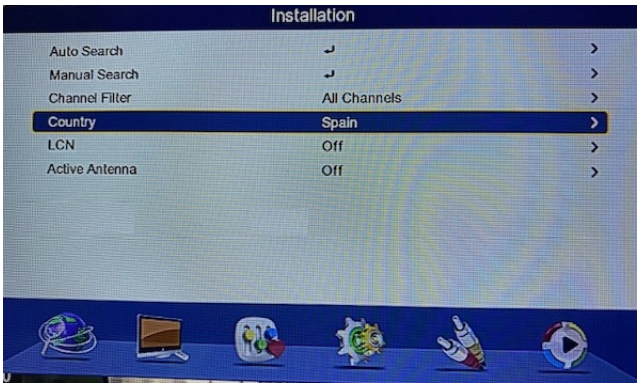
2.- Internet. Připojení k síti Wi-Fi/LAN. Vyberte možnost Wi-Fi nebo LAN. Chcete-li se připojit k síti Wi-Fi, vyberte síť a zadejte heslo.

3.- TV. Ladění kanálů. Přejděte na kartu **TV, obrazovka 8.**

Obrazovka 8



Obrazovka 9



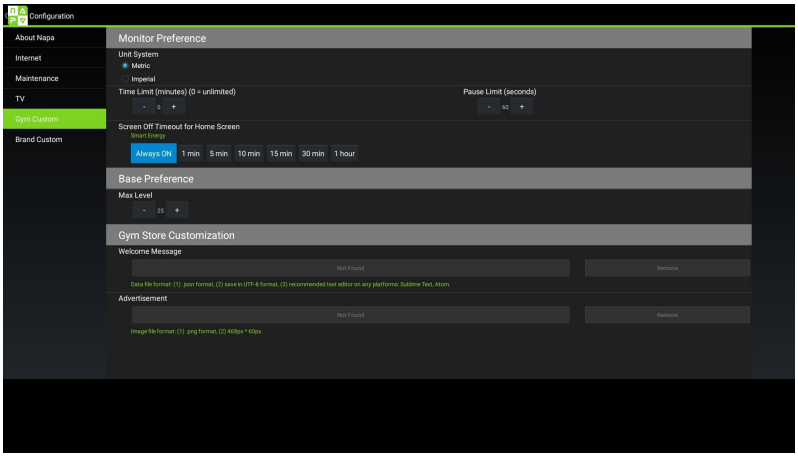
Pomocí tlačítek na pravé straně obrazovky ladíte kanály. Kliknutím na Nabídku zobrazíte nastavení televizoru, **Obrazovka 9.**

- Stiskněte tlačítka OK a Vol+/Vol- pro výběr nabídky Ladění.
- Vyberte zemi pomocí tlačítek Ch ↑ / Ch ↓. Potvrďte stisknutím OK.
- Vyberte Automatické vyhledávání a potvrďte stisknutím OK.
- Počkejte několik minut, než se naladí všechny kanály. Kanály se po dokončení ladění automaticky uloží.

POZNÁMKA: Pokud vyberete možnost Automatické vyhledávání, budou všechny dříve uložené kanály smazány.

4.-Způsoby použití tělocvičny. Zadejte heslo **taipei101** a stiskněte **OK**. Umožňuje přepínat jednotky mezi metrickými a imperiálními a nastavit časový limit vypnutí obrazovky, **Obrazovka 10.**

Obrazovka 10

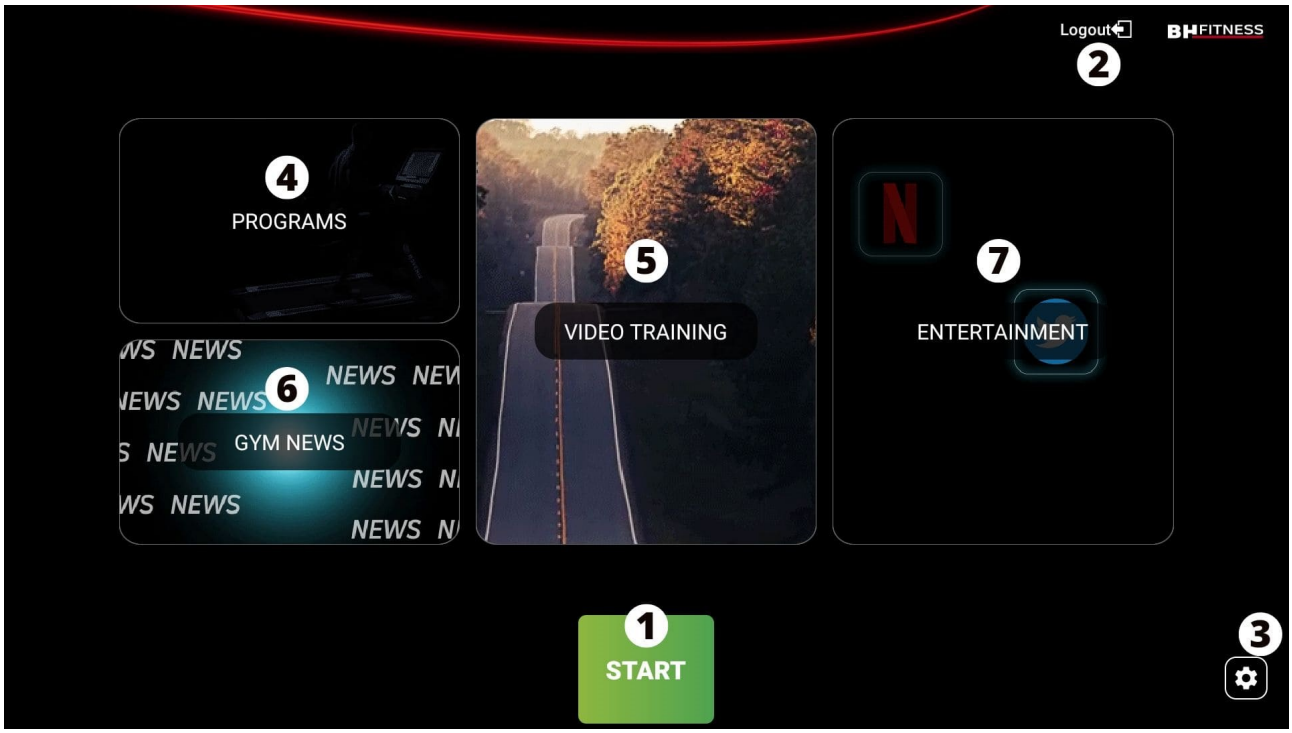


5.- Návrat do hlavní nabídky. Stiskněte v levém horním rohu slovo **CONFIGURATION** pro návrat do hlavní nabídky.

DŮLEŽITÉ: Neměňte žádný parametr v nabídce **BackOffice**, pokud není podrobně popsán v této příručce. Mohlo by to způsobit poruchu nebo nesprávný provoz zařízení.

POKYNY K PROVOZU

Obrazovka 11



V hlavní nabídce, **obrazovka 11**, vyberte požadovanou možnost:

1.- Start. Spusťte cvičení přímo bez nastavování jakýchkoli parametrů.

2.- Logout. Návrat na úvodní obrazovku.

3.- BT Connection/ Volume. Detekce Bluetooth sluchátek a úprava hlasitosti.

4.- Programs. Programy se specifickými a programovatelnými profily.

5.- Video training. Vyberte scénář pro provedení tréninku.

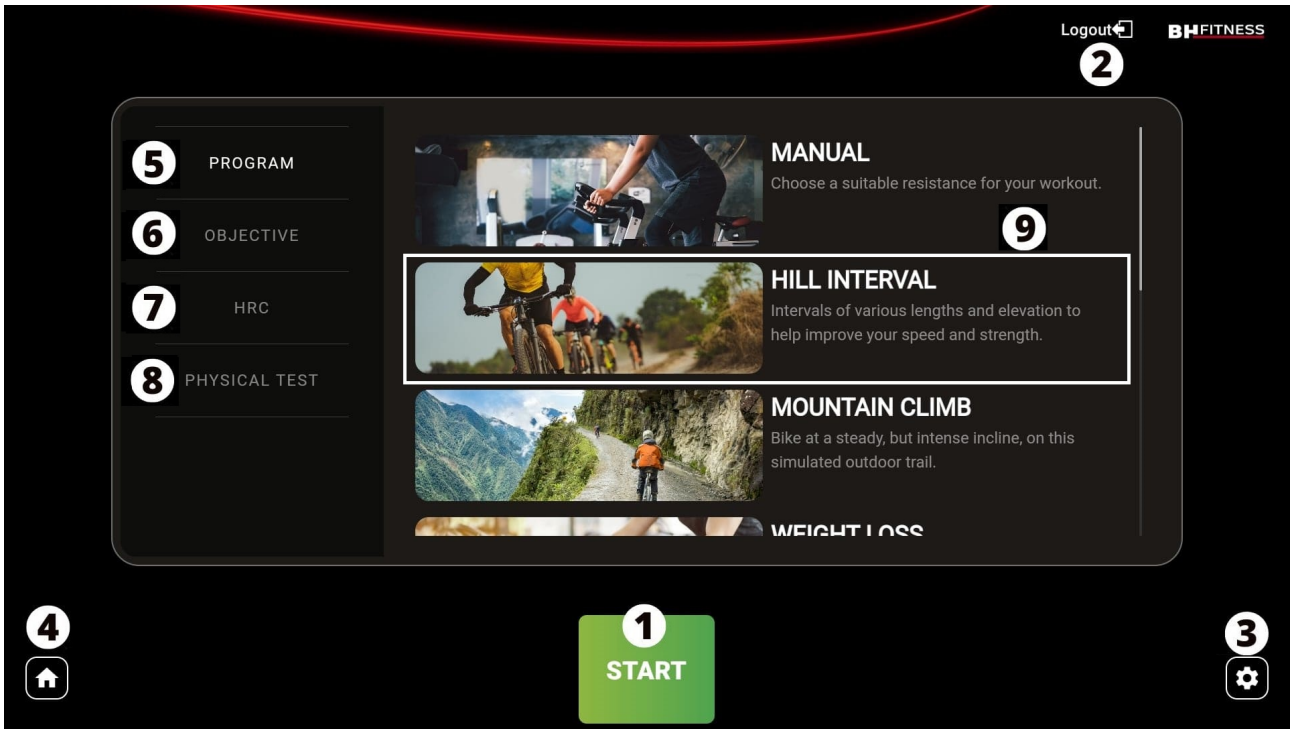
6.- Gym news.

7.- Entertainment. Integrované aplikace a TV.

PROGRAMY

V hlavní nabídce, **obrazovka 11,** vyberte **PROGRAMY** a zobrazí se **obrazovka 12.** Můžete si vybrat seznam programů různých typů.

Obrazovka 12



1.- Start. Spusťte cvičení přímo bez zadání parametrů.

2.- Logout. Vraťte se na domovskou obrazovku.

3.- BT connection / Volume. Detekce Bluetooth sluchátek a úprava hlasitosti.

4.- Home. Vraťte se do hlavní nabídky.

5.- Training courses: 8 programů (MANUÁLNÍ, INTERVALOVÝ, VÝSTUP DO HORY, HUBNUTÍ, SKLON S VÝKONEM, VYTRVALOST, INTERVAL, OVLÁDÁNÍ VÝKONU) Stroj upraví odpor v závislosti na profilu a zvolených parametrech.

6.- Objective: Umožňuje nastavit cíl pro cvičení ČAS, VZDÁLENOST nebo KALORIE.

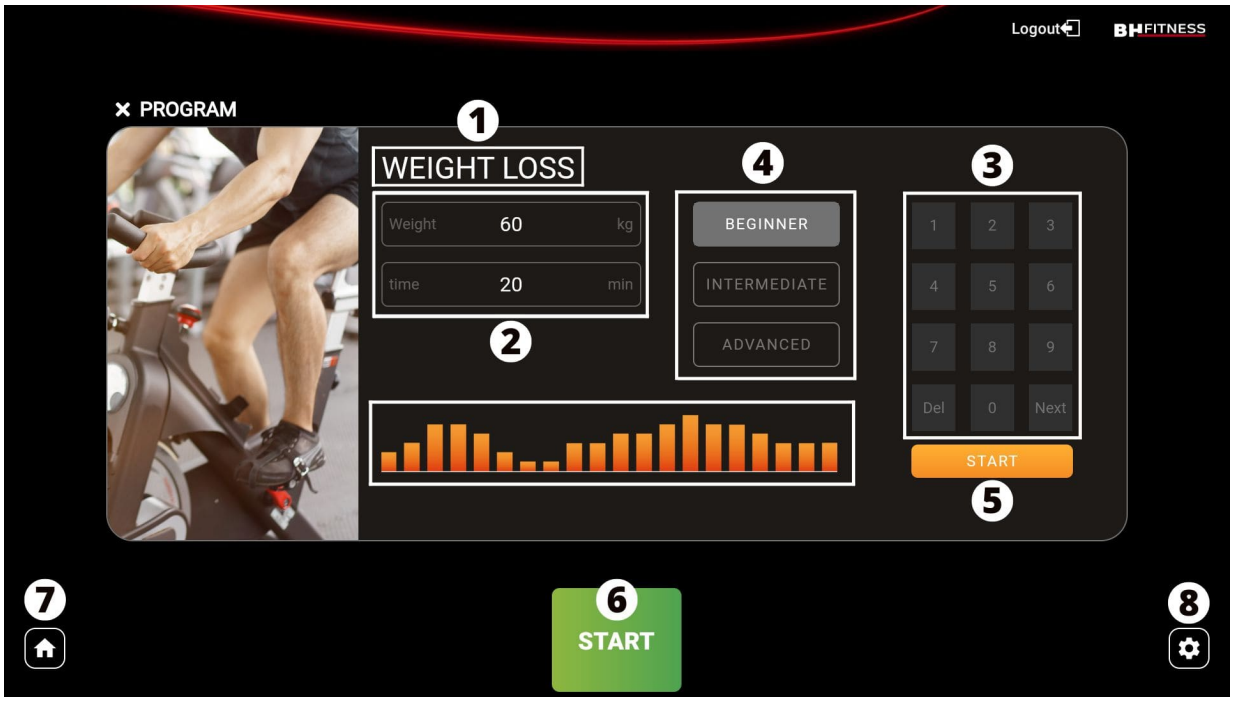
7.- Heart Rate Control: Stroj upraví úroveň odporu podle tepové frekvence uživatele, aby udržel hodnoty pulsu v zvoleném rozsahu.
Tento program vyžaduje systém pro měření pulsu, je nutné použít manuální senzory (madlo) nebo telemetrický hrudní pás pro měření pulsu.
Tepová frekvence by neměla překročit tzv. maximální frekvenci, která s věkem klesá. Jednoduchý vzorec pro její výpočet je odečtení věku uživatele (roky) od 220. Cvičení musí být udržováno mezi 65 % a 85 % maximální tepové frekvence a doporučuje se nepřekročit 85 %.

DŮLEŽITÉ. Toto není zdravotnický prostředek a mělo by být používáno pouze jako vodítko.

8.- Fyzický test. - Test VO2 Max. Umožňuje posoudit fyzickou kapacitu uživatele odhadem objemu O2 při provádění testu za určitých podmínek.

9.- Výběr programu. - Po výběru cvičení se zobrazí obrazovka 13, kde si můžete vybrat parametry cvičení. Referenční profil vybraného programu se zobrazí v centrální části, pokud je k dispozici.

Obrazovka 13



1.- Název programu

2.- Volitelné parametry. Liší se v závislosti na programu.

3.- Numerická klávesnice. Umožňuje zadat požadované hodnoty parametrů.

4.- Úroveň, tepová frekvence nebo pohlaví v závislosti na zvoleném programu

5.- Začněte cvičební lekci s vybranými parametry

6.- Spuštění cvičení bez zadání parametrů

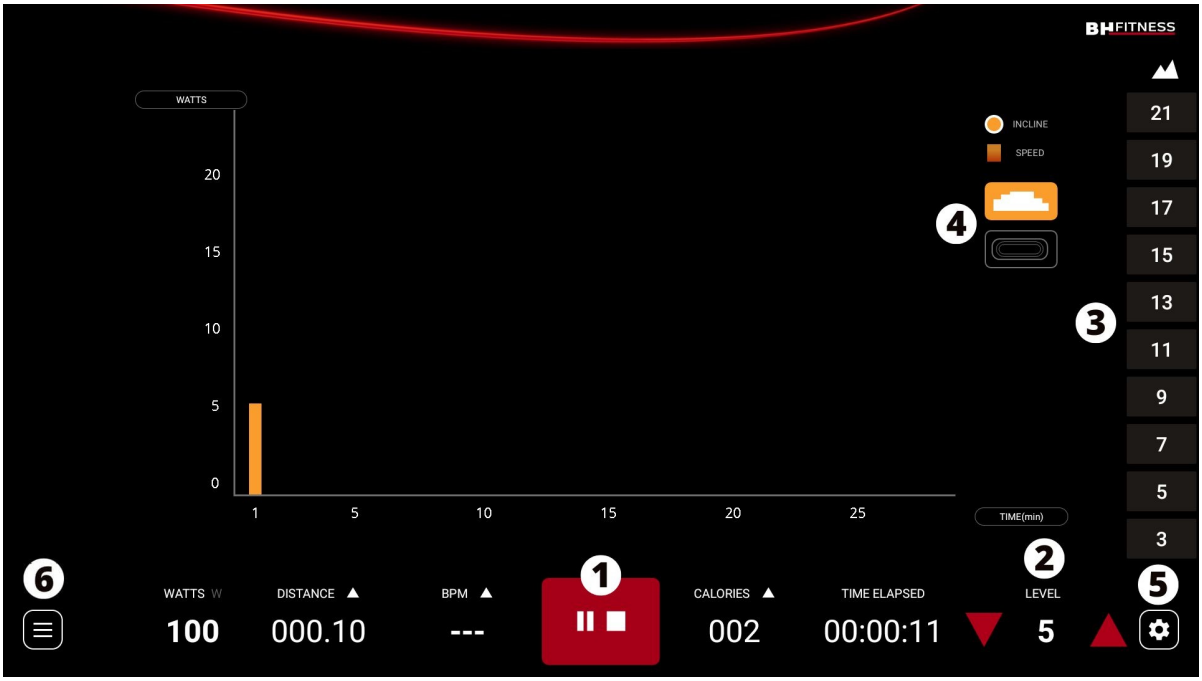
7.- Zpět do hlavní nabídky

8.- BT připojení a hlasitost

-ŠKOLENÍ

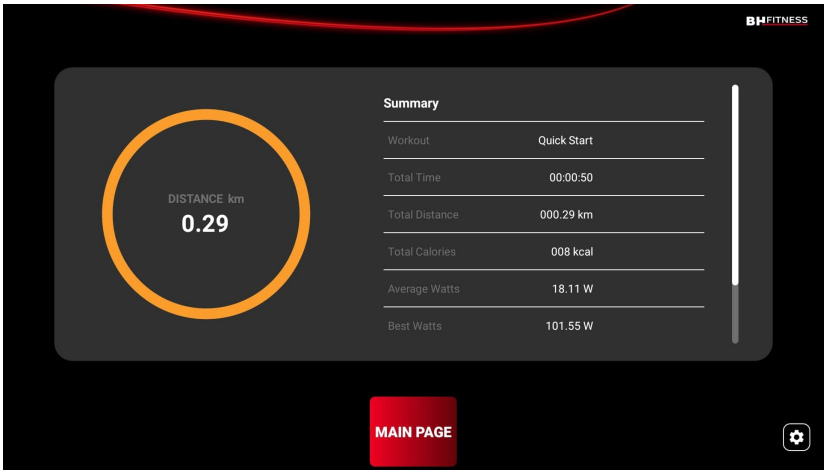
Po výběru cvičení se spustí odpočet a zobrazí se vám následující obrazovka:

Obrazovka 14



1.- Stop / Pause. Zastavení nebo pozastavení cvičení. Po dokončení cvičení se zobrazí shrnutí. Pokud se uživatel přihlásil, data budou nahrána do cloudu.

Obrazovka 15



2.- Z výšit / Snížit. Pomocí šipek můžete zvýšit/snížit úroveň.

3.- Rychlé klávesy. Přímý výběr úrovně.

4.-Zobrazení. Přepíná mezi zobrazením profilu na úrovni terénu a zobrazením okruhu.

5.- BT připojení / Hlasitost

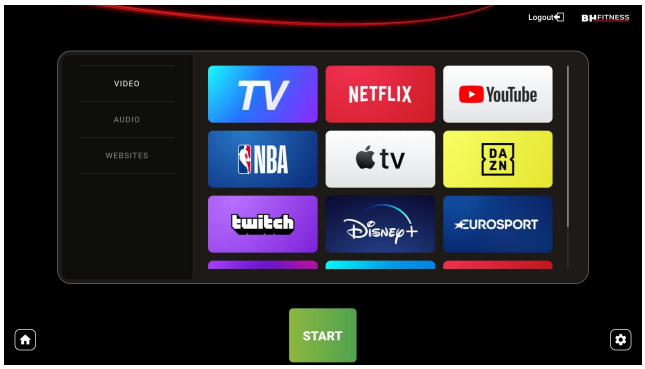
6.- Zábava

MULTIMÉDIA.-

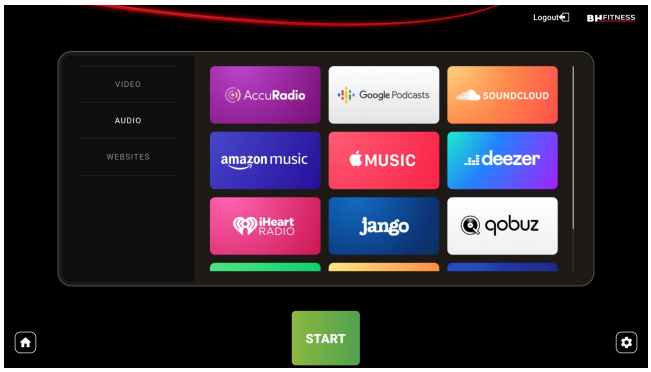
Kliknutím na Zábava na **obrazovce 11** získáte přístup k různým multimediálním aplikacím. Lze je také zobrazit na obrazovce cvičení, **obrazovka 14.** Počet dostupných aplikací se bude lišit v závislosti na nastavení monitoru a umístění.

Aplikace jsou rozděleny do kategorií: video, audio a web.

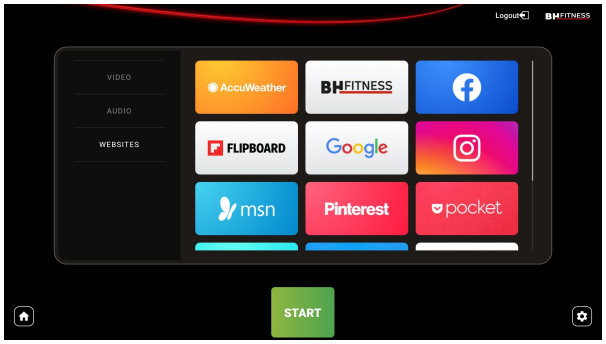
Obrazovka 16



Obrazovka 17



Obrazovka 18

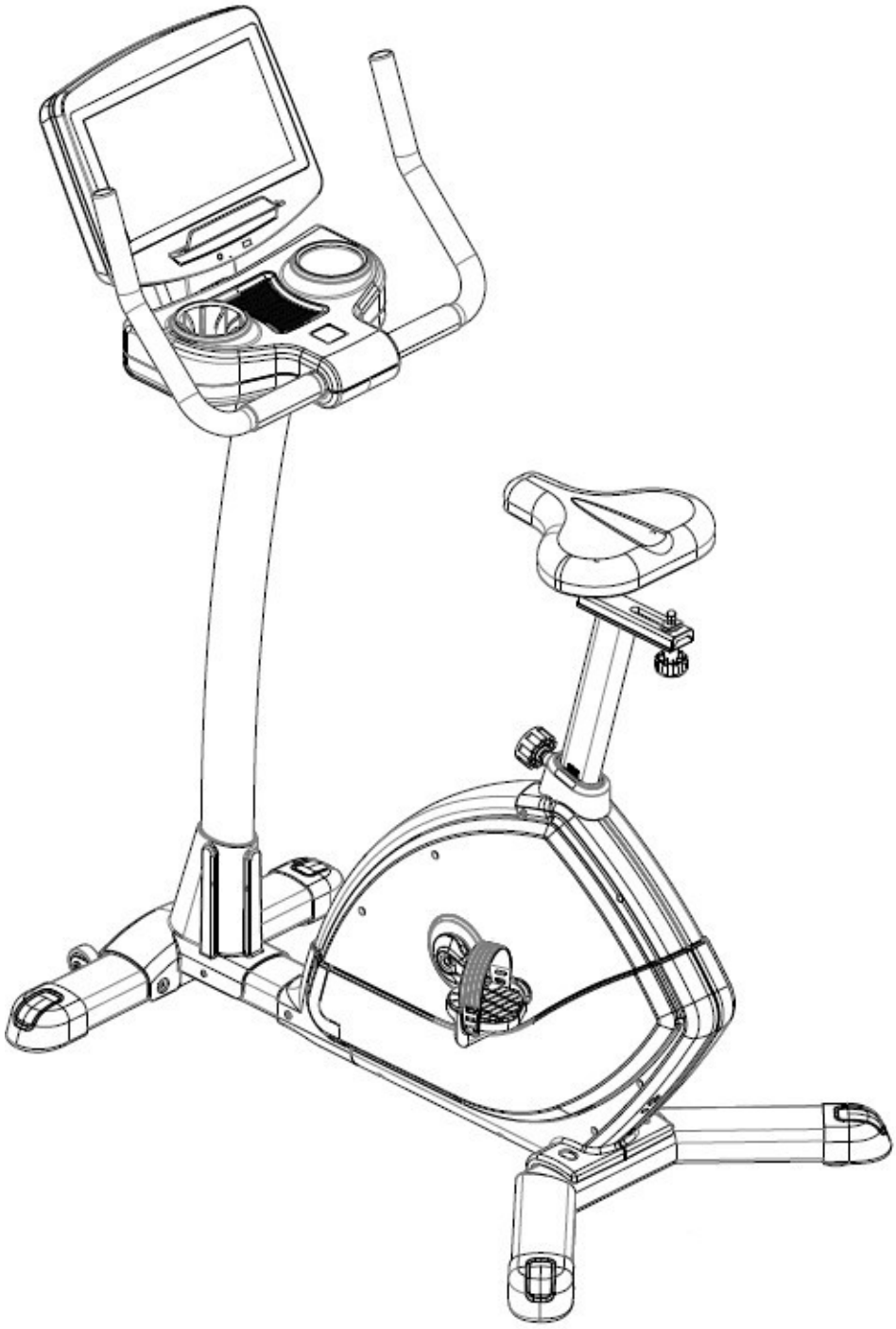


-TV.-

Na obrazovce **16** máte přístup k možnosti **DVB-T**, pokud je k dispozici. Po naladění kanálů můžete pomocí tlačítek na obou stranách obrazovky přepínat kanály a upravovat hlasitost.

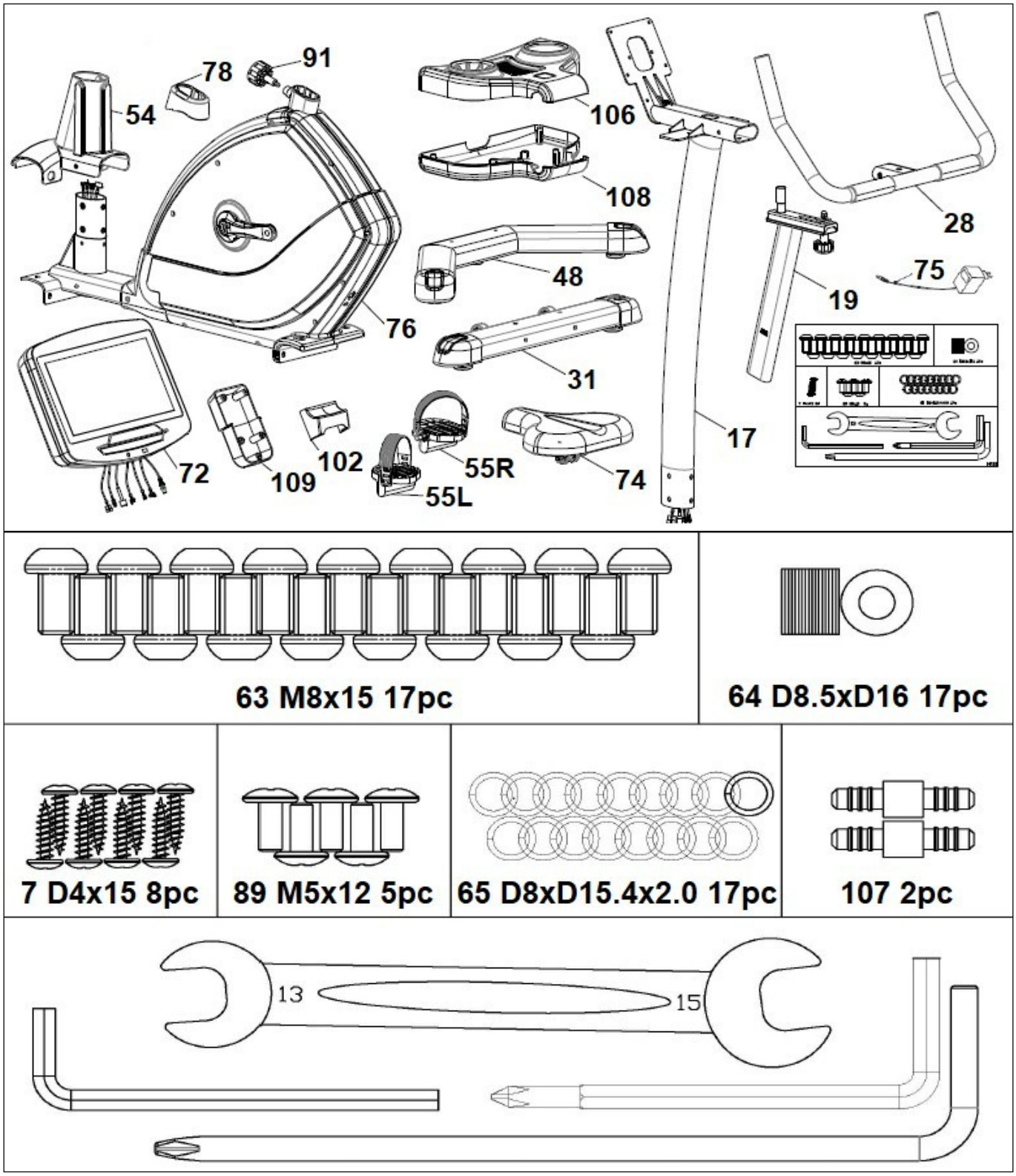
V případě jakýchkoli dotazů se neváhejte obrátit na technickou podporu (S.A.T.) zavoláním na telefonní číslo zákaznického servisu (viz poslední strana této příručky).

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

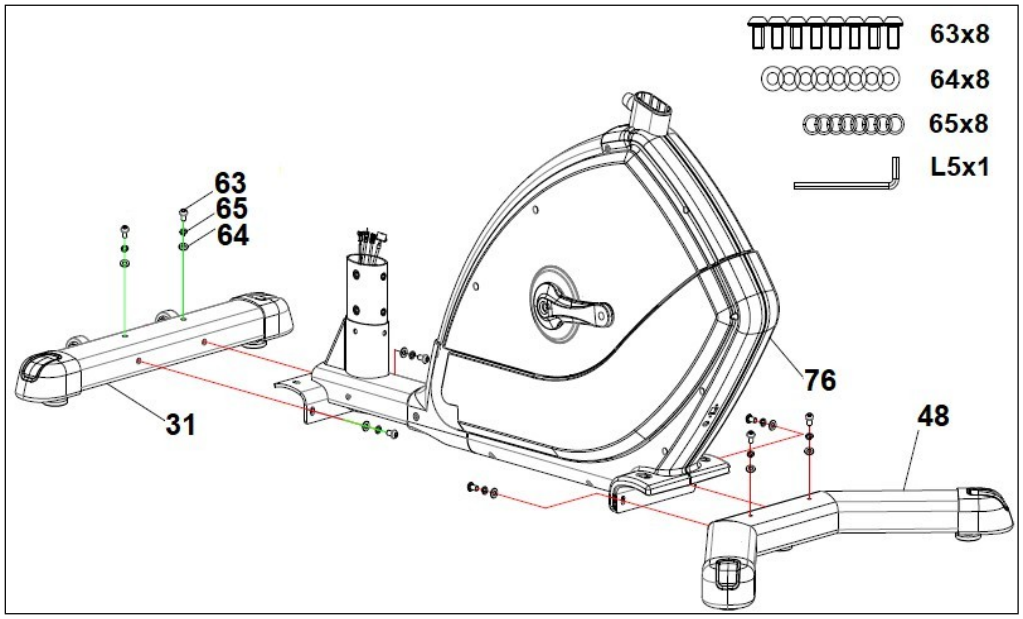


Rotoped BH FITNESS INERTIA H720R
Návod na obsluhu
SK

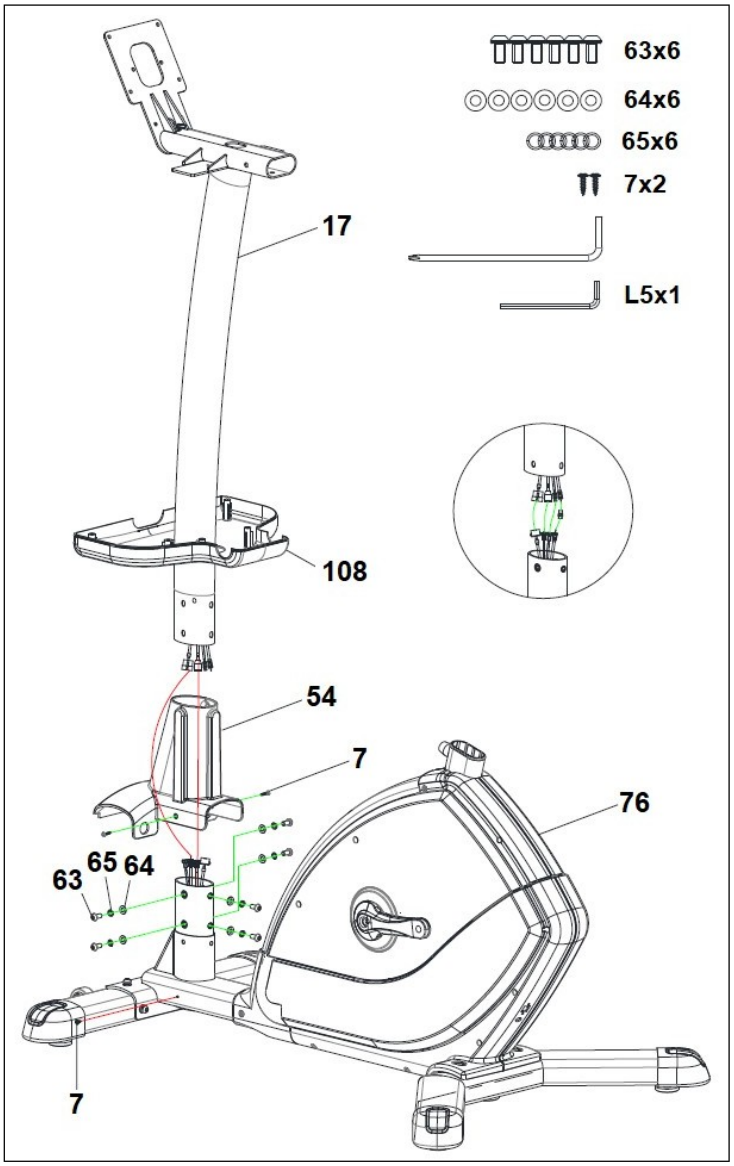
Obr. 1


78
91
54
106
108
28
48
75
19
76
31
72
109
102
55R
55L
74
17
63 M8x15 17pc
64 D8.5xD16 17pc
7 D4x15 8pc
89 M5x12 5pc
65 D8xD15.4x2.0 17pc
107 2pc
13
15

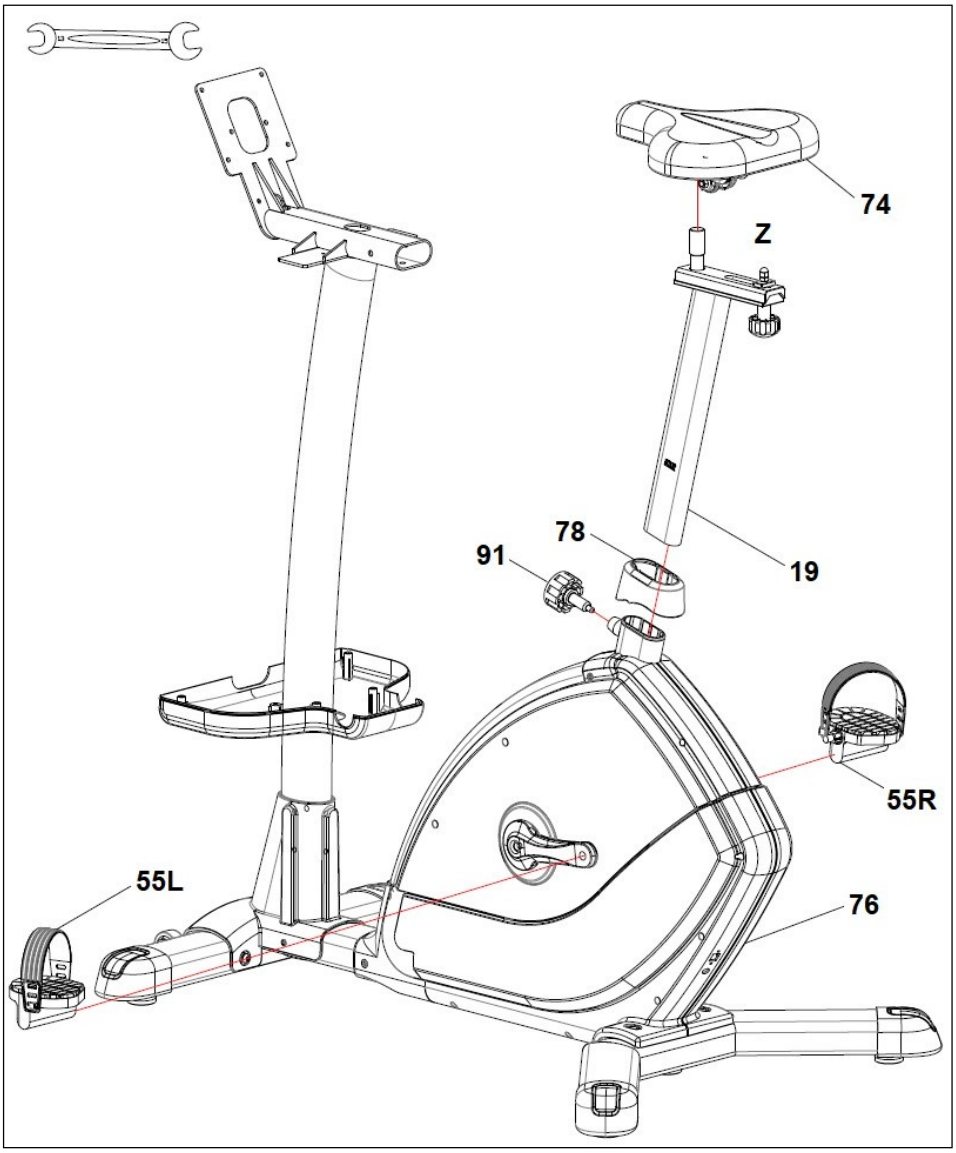
Obr. 2


63x8
64x8
65x8
L5x1
63
65
64
31
76
48

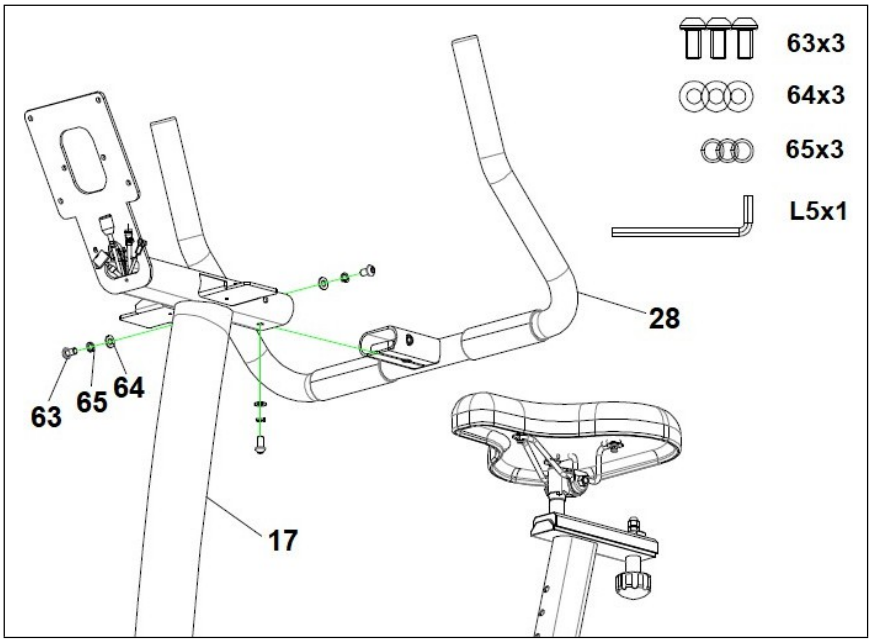
Obr. 3


63x6
64x6
65x6
7x2
L5x1
17
108
54
7
76
63
65
64
7

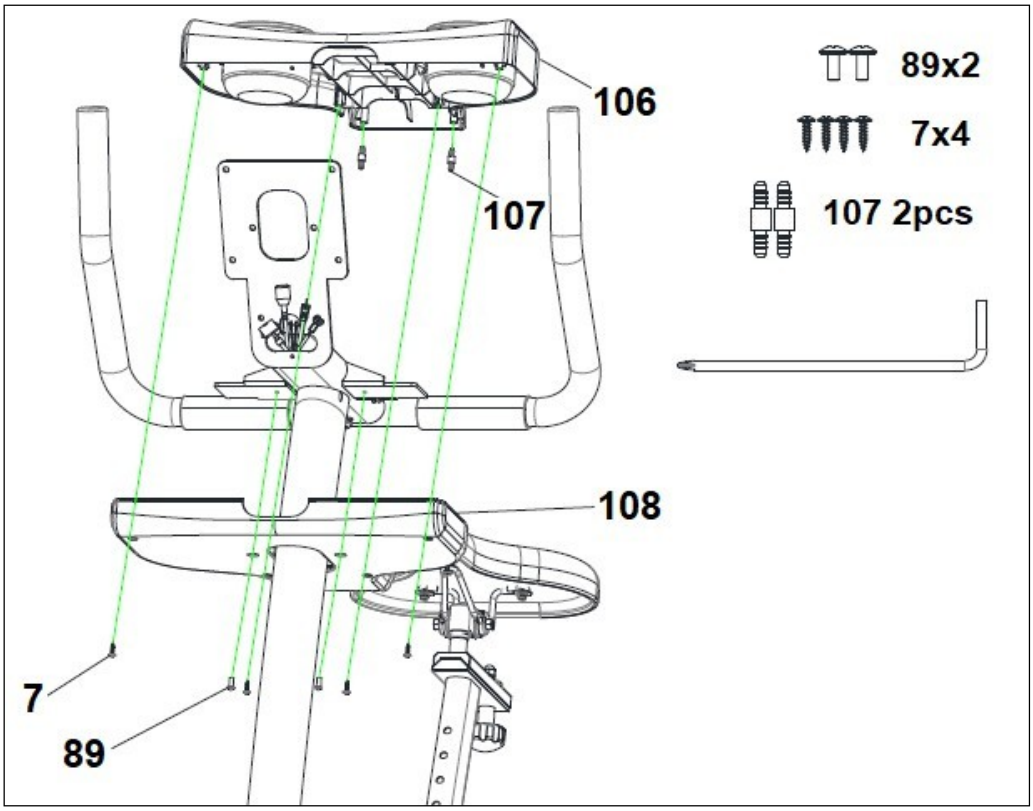
Obr. 4



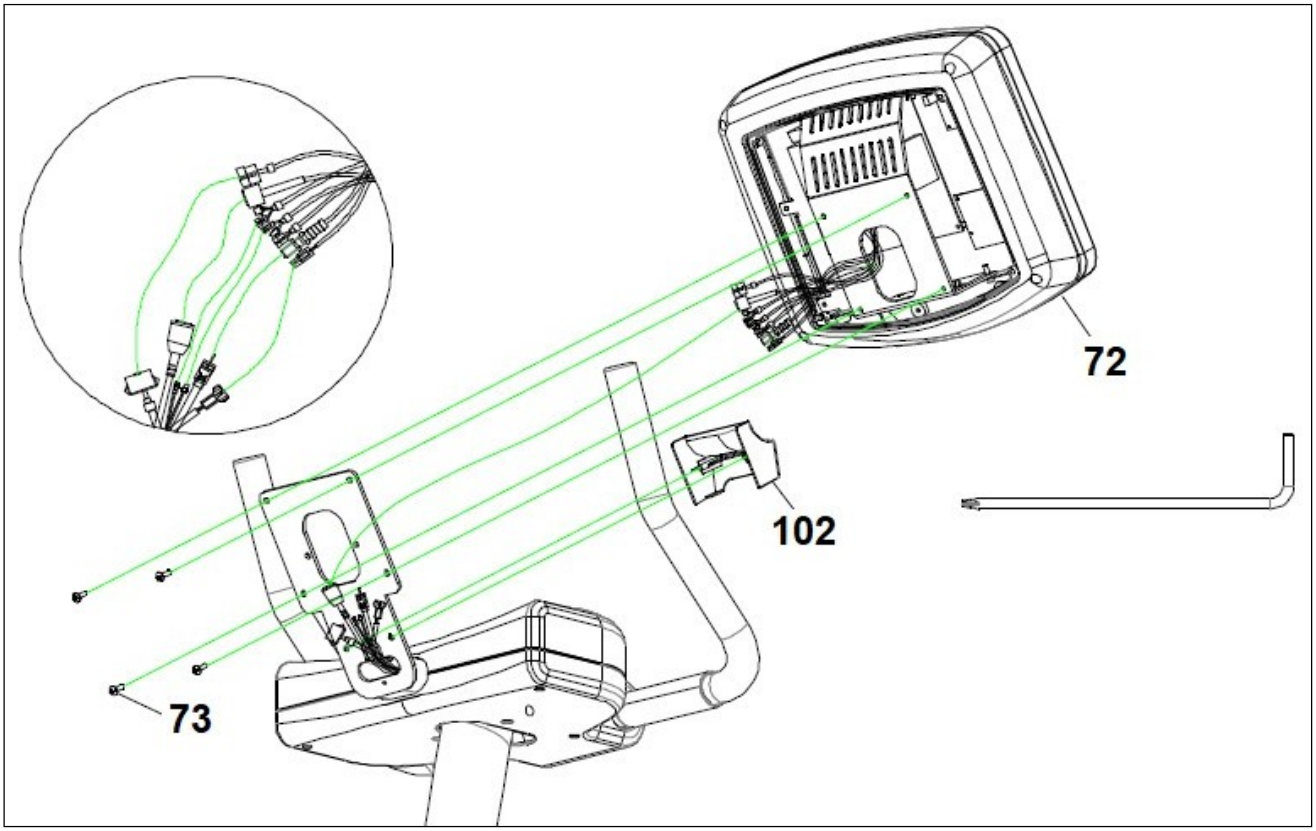
Obr. 5



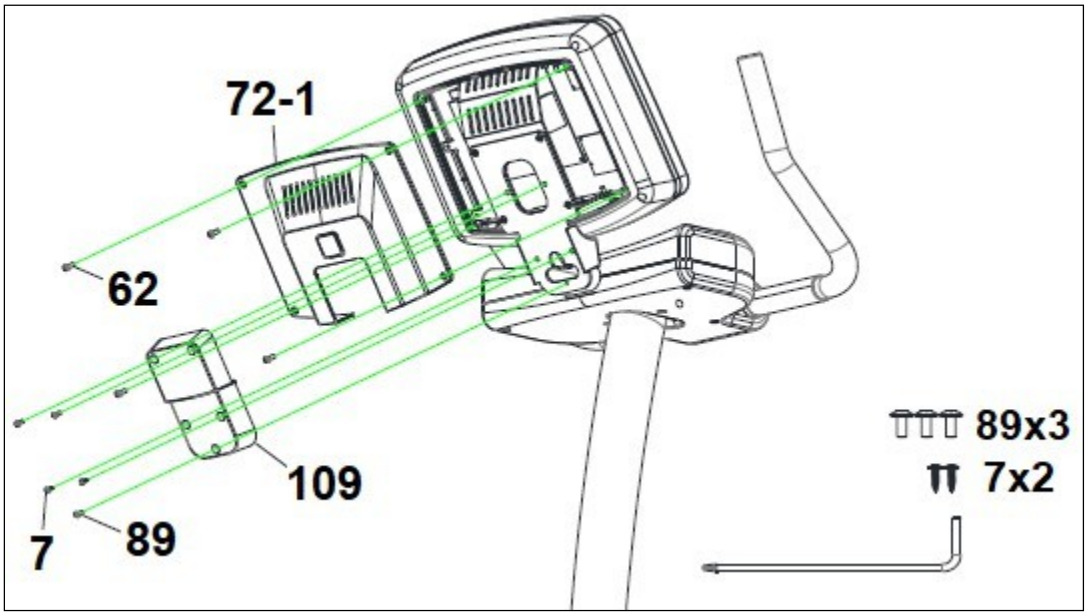
Obr. 6



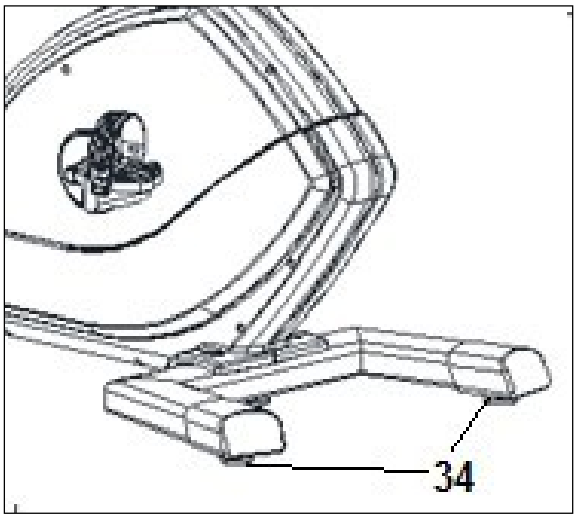
Obr. 7



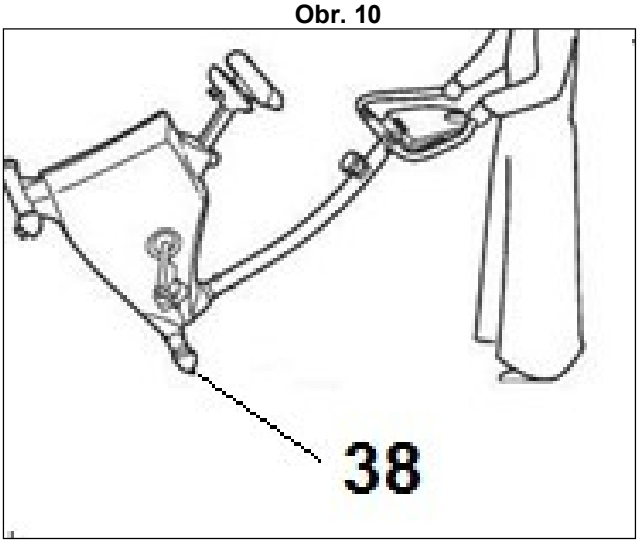
Obr. 8



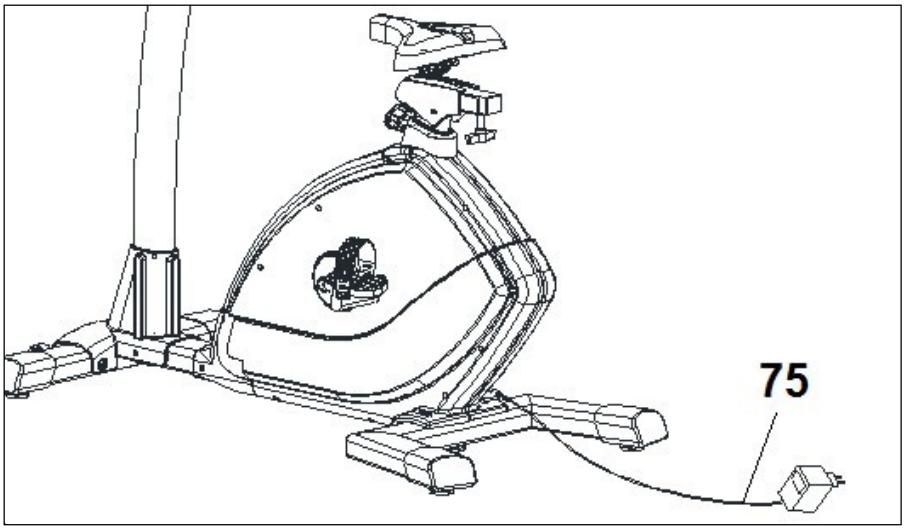
Obr. 9



Obr. 10



Obr. 11



DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Trenažér bol navrhnutý a vyrobený s ohľadom na maximálnu bezpečnosť. Pri jeho používaní je však potrebné dodržiavať určité zásady.

Mali by ste dodržiavať nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

1 Trenažér vždy uchovávajte mimo dosahu detí. Nenechávajte ich bez dozoru v miestnosti, kde sa zariadenie nachádza.
2 Na trenažéri môže v danom čase cvičiť iba jedna osoba.
3 Ak počas cvičenia pocítite závraty, nevoľnosť alebo bolesť na hrudníku, okamžite prestaňte cvičiť a okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.
4 Bežecký pás používajte na rovnom a pevnom povrchu.
5 Ruky držte v dostatočnej vzdialenosti od pohyblivých častí. 6 Noste oblečenie vhodné na cvičenie. Nenoste voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do trenažéra. Vždy noste športovú obuv. Uistite sa, že šnúrky alebo rôzne šnúry sú riadne zaviazané.
7 Trenažér sa smie používať len na účely opísané v návode. NEPOUŽÍVAJTE príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané priamo výrobcom.
8 Do blízkosti trenažéra neumiestňujte žiadne ostré predmety.
9 Osoby so zdravotným postihnutím by nemali používať bežecký pás bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.
10 Pred použitím bežeckého pásu vykonajte niekoľko zahrievacích cvičení.
11 Nepoužívajte bežecký pás, ak nefunguje správne.

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

Pokyny si uschovajte pre budúce použitie.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pozorne si prečítajte pokyny v tejto príručke. Nájdete v ňom dôležité informácie o montáži, bezpečnosti a používaní trenažéra.
1 Trenažér bol testovaný a spĺňa požiadavky normy EN 957. Je vhodný na profesionálne použitie. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 180 kg. Brzdenie nie je závislé od rýchlosti.
2 Rodičia a opatrovatelia musia brať do úvahy zvedavosť detí, aby sa predišlo zbytočným úrazom. Deti sa nesmú hrať v blízkosti trenažéra a trenažér sa v žiadnom prípade nesmie používať ako hračka.

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

1. MONTÁŽNY NÁVOD

Pri montáži sa odporúča pomoc ďalšej osoby. Vyberte jednotku z krabice a uistite sa, že sú prítomné všetky diely, obr. 1.
(76) telo trenažéra; (17) tyč riadidiel; (28) riadidlá; (31) stabilizátor s kolesami; (48) stabilizátor s vyrovnávačmi nárazníkov; (72) monitor; (54) kryt; (74) sedlo; (19) stĺpik sedadla; 55L) ľavý pedál; 55R) pravý pedál; (78) kryt; (91) zaisťovacia skrutka; (106) horný kryt držiaka fľaše; (108) spodný kryt držiaka fľaše; (102) predný kryt monitora; (109) zadný kryt monitora; (75) napájací adaptér. Vrecko so spojovacím materiálom obsahuje: (63) skrutka M8x15; (64) plochá podložka D8,5; (7) samorezná skrutka ST4,0x15; (65) podložka M8; (89) skrutka M5x12; obojstranný kľúč; kľúče.

2. MONTÁŽ STABILIZÁTOROV

Umiestnite telo trenažéra na podlahu, ako je na obrázku 2. Vezmite predný stabilizátor s kolieskami (31), nasaďte skrutky (63), podložky (64), (65) a pevne ich utiahnite. Umiestnite zadný stabilizátor s vyrovnávačmi nárazníkov (48) na zadný stojan trenažéra. Uvoľnite skrutky (63) s podložkami (64), (65) a pevne ich utiahnite, obr. 2.

3. MONTÁŽ TYČE NA RIADIDLÁ

Vezmite hlavný stĺpik (17) a nasaďte spodný kryt držiaka fľaše (108) a kryt (54), pozri obrázok 3. Nasaďte hlavný stĺpik (17) na výstupok na telese trenažéra (76) a pripojte káble, obr. 3. Nasaďte hlavný stĺpik (17) na výstupok na telese trenažéra (76), obr. 3. Dávajte pozor, aby ste nezachytili káble. Vložte skrutky (63) a podložky (64), (65), obr. 3, a pevne ich utiahnite. Spustite spodný kryt (54) hlavného stĺpika nad výstupok na telese trenažéra (76).

4. MONTÁŽ SEDADLA

Vezmite sedlový stĺpik (19) a pripevnite k nemu sedlo (74), obr. 4, utiahnite matice (Z). Nasaďte kryt (78) a umiestnite sedlový stĺpik (19) na výstupok na telese trenažéra pomocou poistnej skrutky (91), obr. 4.

NASTAVENIE VÝŠKY SEDLA

Ak chcete zdvihnúť alebo znížiť sedlo, najprv mierne uvoľnite poistnú skrutku (91) na sedlovke otáčaním proti smeru hodinových ručičiek,

stiahnite poistnú skrutku a posuňte stĺpik sedadla nahor alebo nadol bez toho, aby ste ho uvoľnili, obr. 4. Keď je v správnej výške, uvoľnite poistnú skrutku, ktorá musí zapadnúť do otvoru na stĺpiku. Utiahnite ju otáčaním poistnej skrutky (91) v smere hodinových ručičiek.

HORIZONTÁLNE NASTAVENIE SEDLA
Ak chcete sedlo nastaviť horizontálne, uvoľnite poistnú skrutku na horizontálnej tyči sedla a posuňte sedlo a tyč do správnej polohy. Potom pevne utiahnite poistnú skrutku, obr. 4.

NAKLÁPENIE SEDLA
Sedlo sa dá nakloniť dopredu alebo dozadu. Povoľte maticu (Z), pozri obr. 4, ktorá sa nachádza pod sedlom, sklopte sedlo do požadovanej polohy a potom maticu opäť utiahnite.
Nenastavujte sklon sedla, ak na ňom sedíte.

5. MONTÁŽ PEDÁLOV
Pokyny na montáž pedálov sa musia presne dodržiavať, pretože nesprávna montáž by mohla poškodiť závity skrutky pedálu alebo kľuky. Pravá a ľavá strana sa vzťahuje na polohu, ktorú používateľ zaujme, keď sedí na trenažéri počas cvičenia. Naskrutkujte pravý pedál (55R) označený písmenom (R) na pravú kľuku (Q) označenú písmenom (R) a pevne utiahnite. Obr. 4. Naskrutkujte ľavý pedál (55L) označený písmenom (L) na ľavú rukoväť označenú tiež písmenom (L) proti smeru hodinových ručičiek a pevne utiahnite. Obr. 4.

6. MONTÁŽ ŘIDÍTOK
Nasaďte riadidlá (28) na predný stĺpik. Nasaďte skrutky (63) a podložky (64), (65), obr. 5. Posuňte spodný kryt držiaka na fľašu (108) smerom nahor, nasaďte diely (107) a nasaďte horný kryt držiaka na fľaše (106) a pripevnite kryty pomocou skrutiek (7), (89), obr. 6.

7. MONTÁŽ MONITORA
Odstráňte zadný kryt monitora. Odstráňte skrutky zo zadnej strany monitora. Vymeňte predný kryt (102), obr. 7. Umiestnite monitor (72) na prednú dosku stĺpa, ako je znázornené na obrázku 7, a zaskrutkujte skrutky. Pripojte káble vychádzajúce z predného stĺpika a monitora. Znovu namontujte zadný kryt monitora (72-1) pomocou skrutiek (62), obrázok 8. Pripevnite zadný kryt (109) pomocou skrutiek (7), (89), obr. 8.

VYROVNÁVANIE
Po umiestnení jednotky do jej konečnej polohy sa uistite, že leží na podlahe a je v rovine. To sa dá dosiahnuť zaskrutkovaním alebo vyskrutkovaním vyrovnávačov nerovností (34) nahor alebo nadol, pozri obrázok 9.

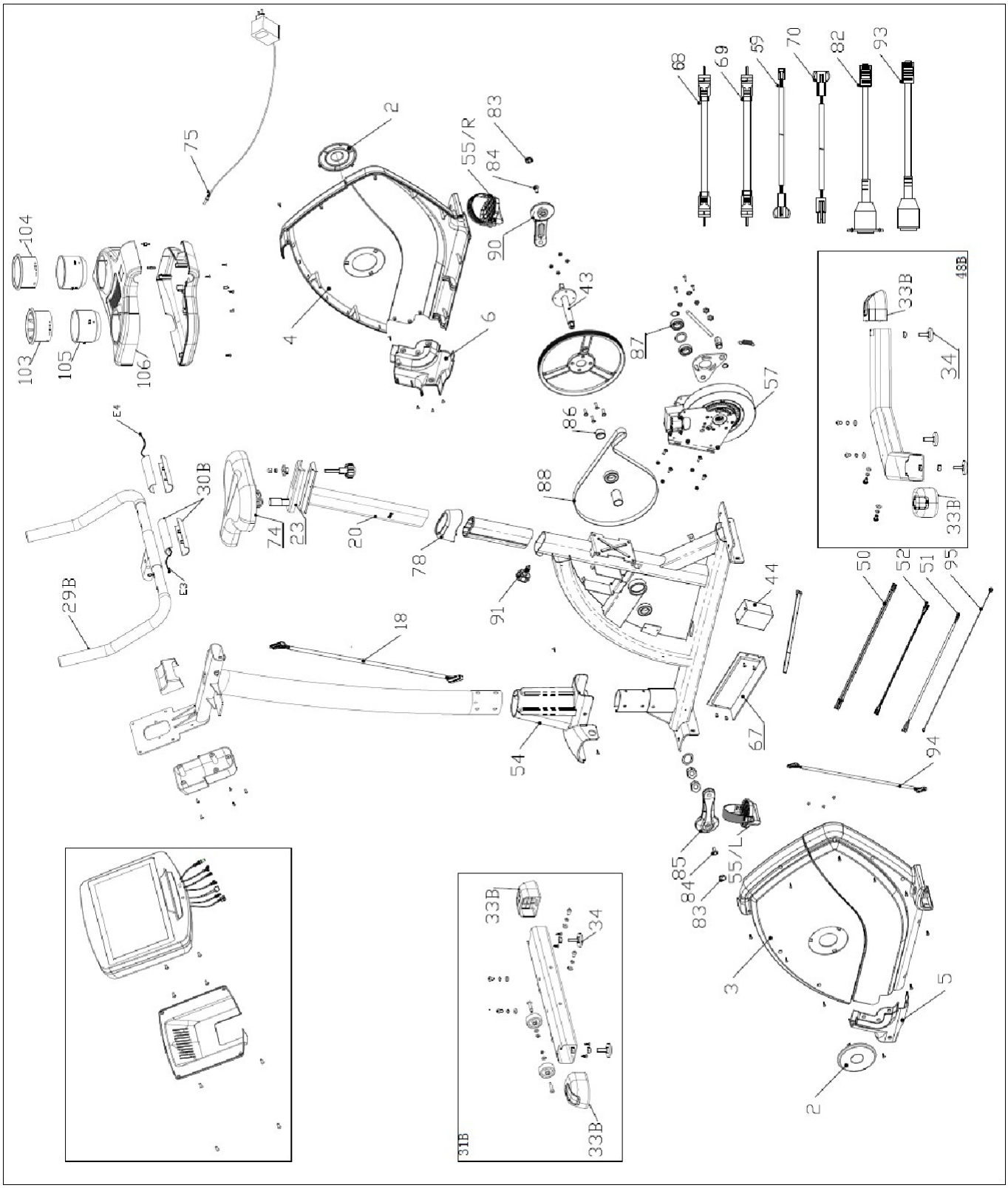
PRESUN A SKLADOVANIE
Jednotka je pre ľahší pohyb vybavená kolieskami (38). Kolieska umiestnené v prednej časti jednotky uľahčujú jej presun do zvolenej polohy, ako je znázornené na obr. 10. Trenažér uchovávajte na suchom mieste, pokiaľ možno bez teplotných výkyvov.

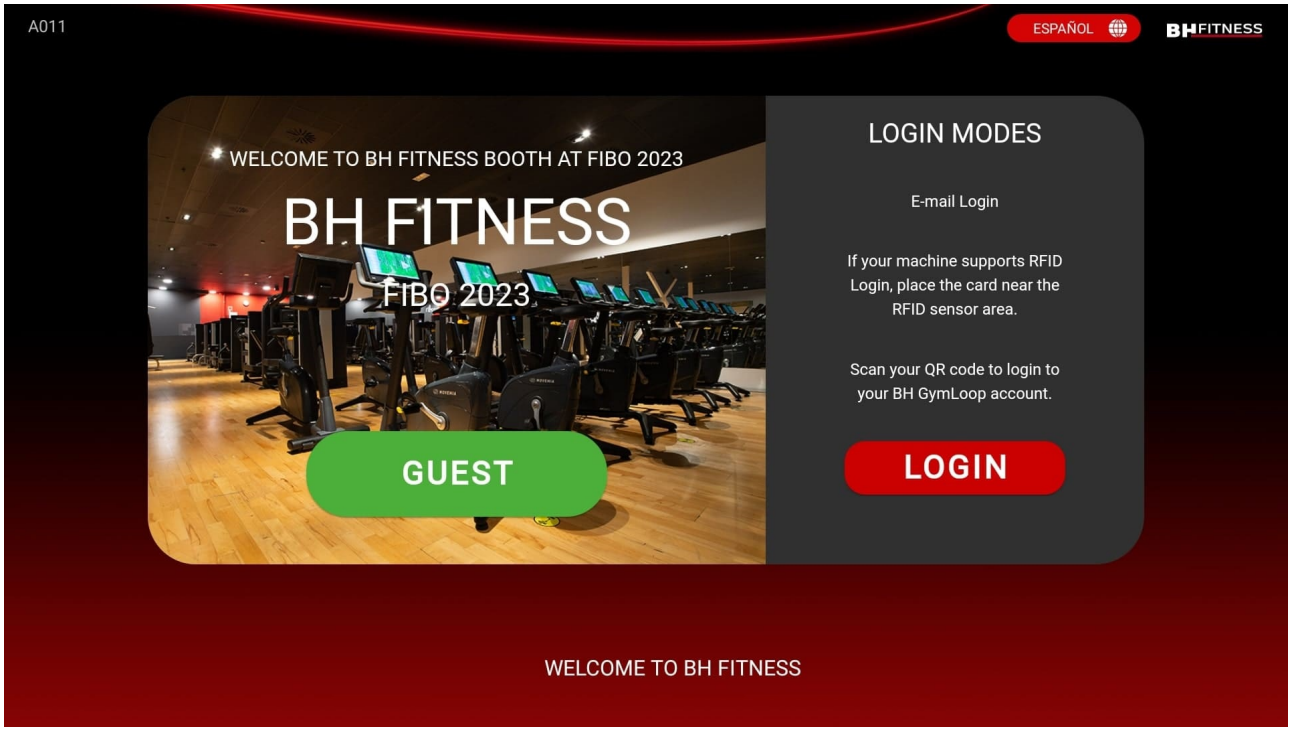
PRIPOJENIE K SIETI
Zasuňte konektor na transformátore (75) do otvoru na telese trenažéra (dole, na zadnej strane) a potom zapojte transformátor do zásuvky (220 V), obr. 11.

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

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

H720RBM


68
69
59
70
82
93
75
2
55/R
83
84
90
104
103
105
106
4
6
43
87
57
86
88
48B
33B
34
33B
30B
74
23
20
78
91
29B
18
54
44
50
52
51
95
67
94
85
84
83
55/L
3
5
2
31B
33B
34
33B



ELEKTRONICKÝ MONITOR

SLOVENČINA

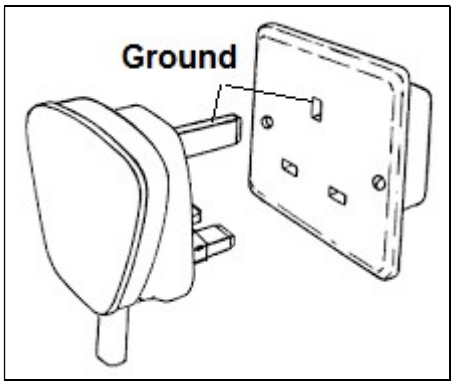
VŠEOBECNÉ POKYNY

Tento elektronický monitor je navrhnutý tak, aby sa používal jednoducho a intuitívne. Správy, ktoré sa zobrazujú na televíznej obrazovke, budú sprevádzať používateľa celým cvičením.
Odporúča sa, aby si inštruktor v posilňovni pozorne prečítal túto časť, aby sa úplne oboznámil s obsluhou elektronického monitora a mohol ho správne ukázať používateľovi.

PRIPOJENIE STROJA

Najprv zapojte hlavný napájací kábel transformátora do uzemnenej elektrickej zásuvky s napätím 100 – 240 V, ako je znázornené na obr. 1.

Obr. 1



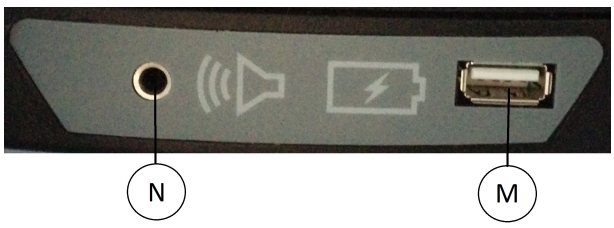
ZVUKOVÉ PRVKY – Obr. 2

Pripojte zvukové prvky podľa **obr. 2**.

M.-USB konektor na nabíjanie zariadenia.

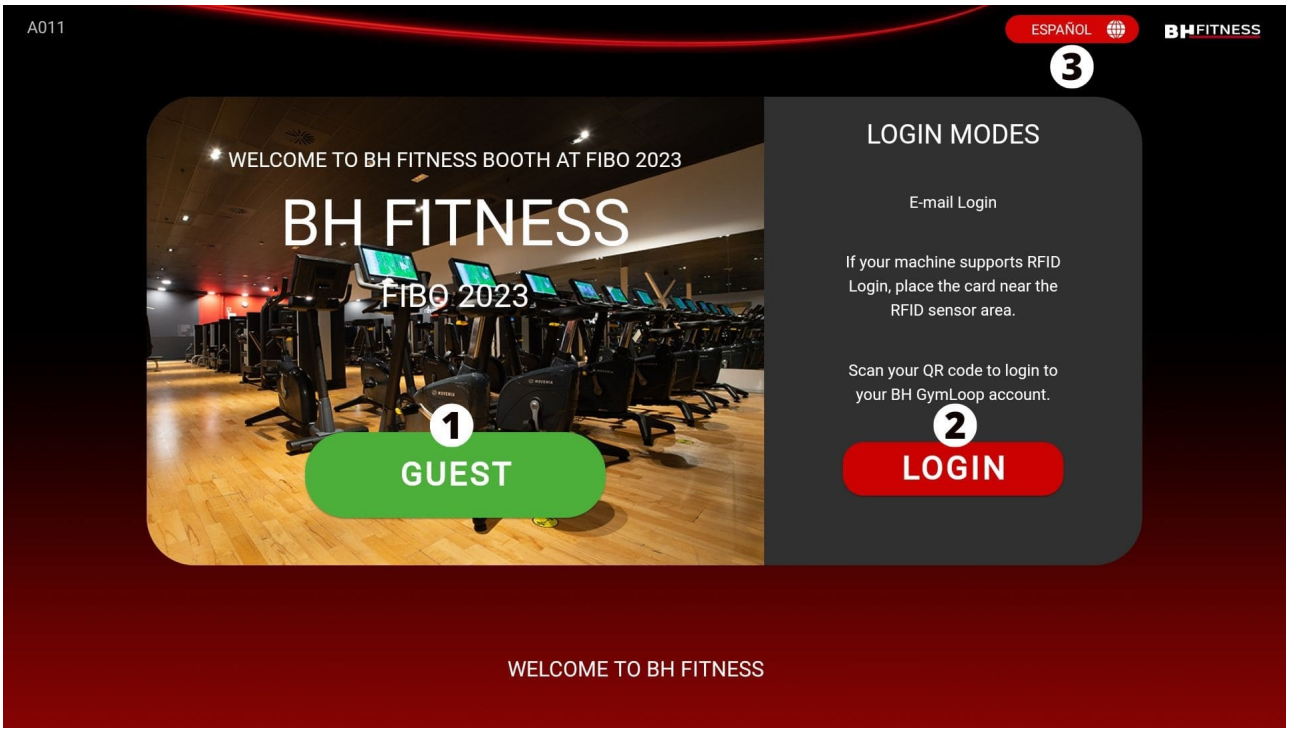
N.- Konektor pre slúchadlá.

Obr. 2



ZAPNUTIE.

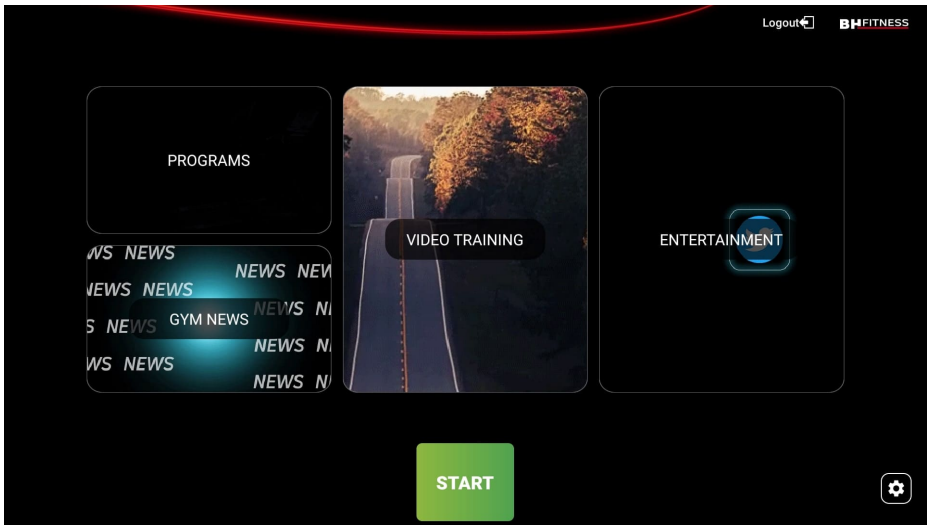
Obrazovka 0



Po zapojení a zapnutí zariadenia sa zobrazí úvodná obrazovka, **Obrazovka 0**. Ak chcete vybrať možnosť, stlačte:

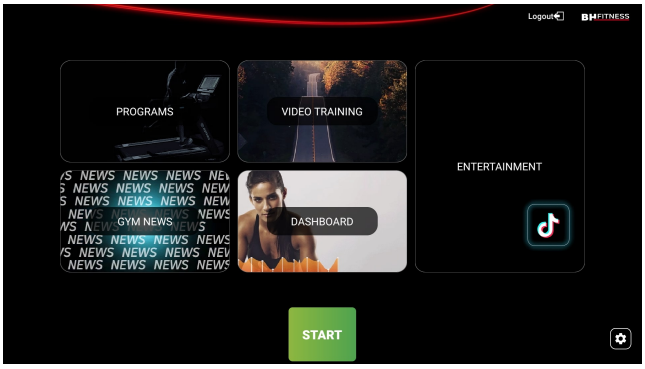
1 – GUEST. Ak sa chcete prihlásiť ako hosť a vstúpiť do hlavnej ponuky, **obrazovka 1**. Dáta sa nenahrajú do vášho účtu, ak nie ste prihlásený ako registrovaný používateľ.

Obrazovka 1

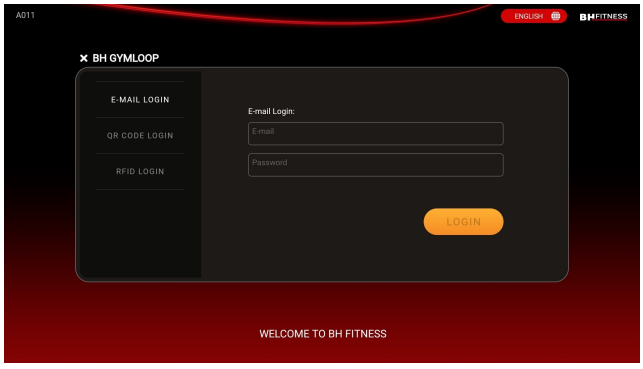


2.- LOGIN. Ak sa chcete prihlásiť ako registrovaný používateľ a vstúpiť do hlavnej ponuky, **obrazovka 1.** Používateľ musí mať účet na platforme kompatibilnej s **BH fitness**. Používateľa je možné identifikovať pomocou e-mailovej adresy, **obrazovka 2**, QR kódu, **obrazovka 3** alebo pomocou čítačky RFid, **obrazovka 4.**

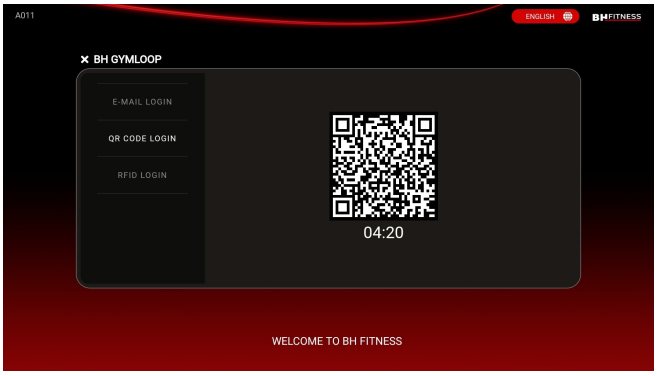
Obrazovka 1



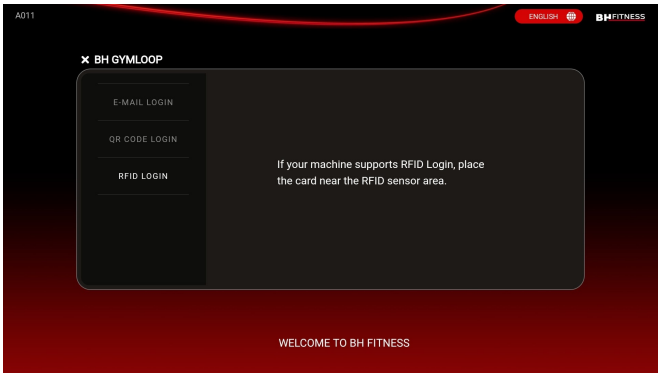
Obrazovka 2



Obrazovka 3

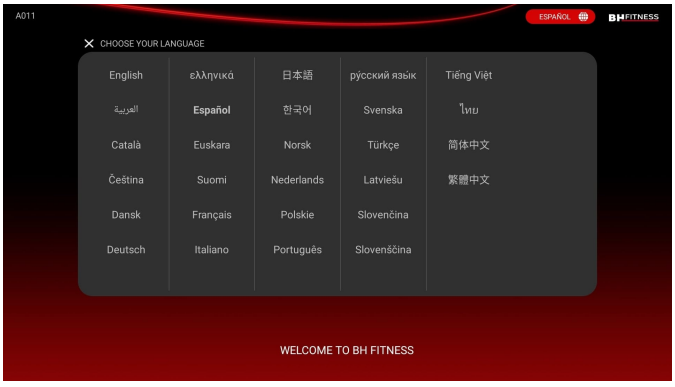


Obrazovka 4



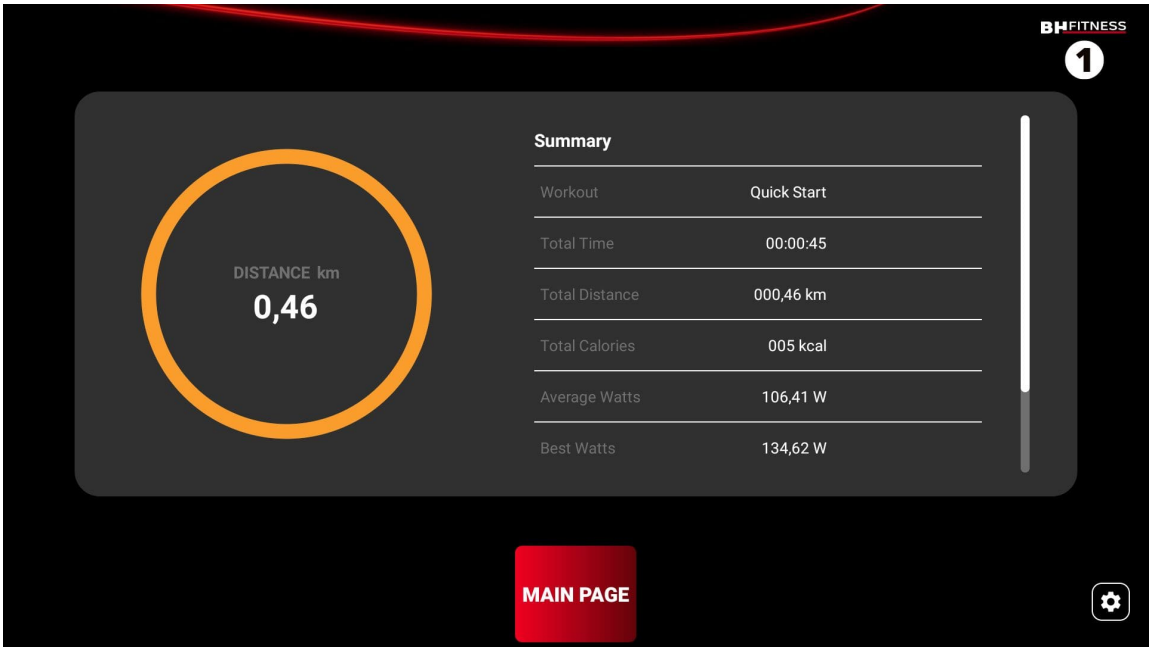
3.- LANGUAGE. Ak chcete zmeniť jazyk monitora, obrazovka 5. Vyberte jazyk pre návrat na obrazovku 0.

Obrazovka 5



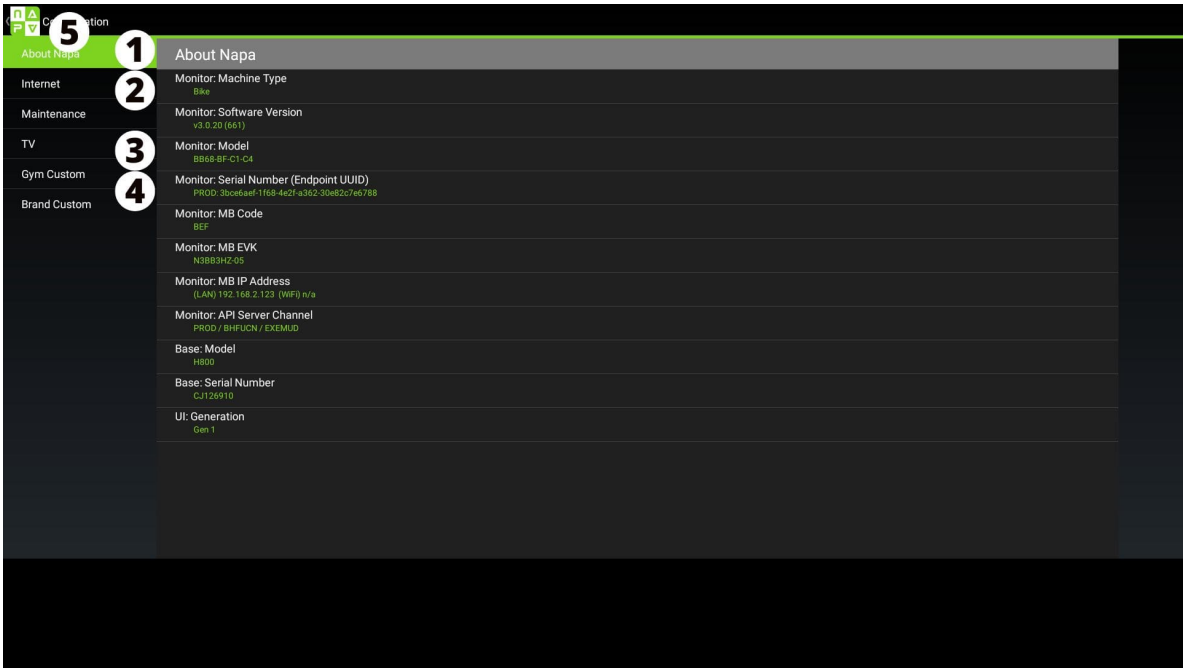
VSTUP/VÝSTUP Z MENU BACKOFFICE.-

Obrazovka 6



Na súhrnnej obrazovke, ktorá sa zobrazí po cvičení, **obrazovka 6,** stlačte a podržte logo **BH FITNESS** (1) v pravom hornom rohu, čím vstúpite do skrytej ponuky alebo backoffice, **obrazovka 7.**

Obrazovka 7



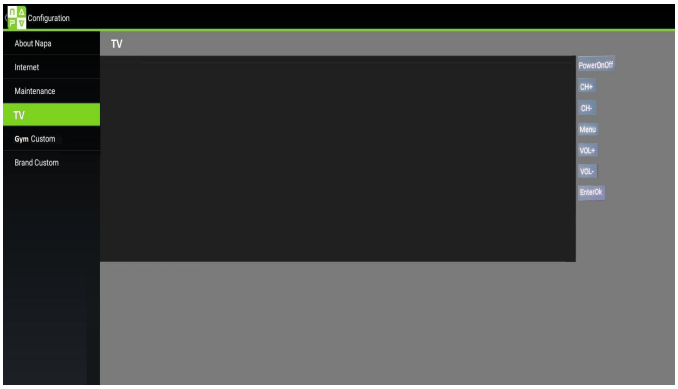
Z backoffice môžete nastaviť nasledujúce možnosti:

1.- O Nape. Podrobnosti o monitore.

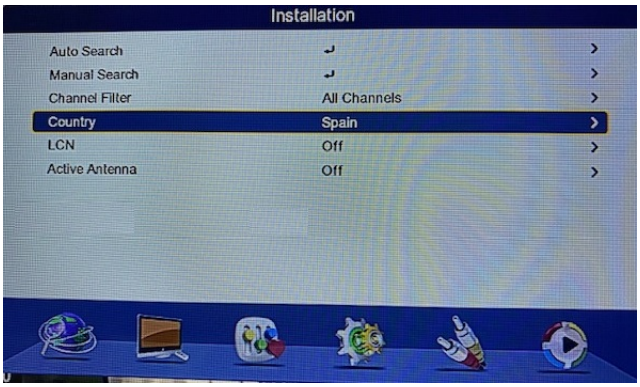
2.- Internet. Pripojenie k sieti Wi-Fi/LAN. Vyberte možnosť Wi-Fi alebo LAN. Ak sa chcete pripojiť k sieti Wi-Fi, vyberte sieť a zadajte heslo.

3.- TV. Ladenie kanálov. Prejdite na kartu **TV, obrazovka 8.**

Obrazovka 8



Obrazovka 9



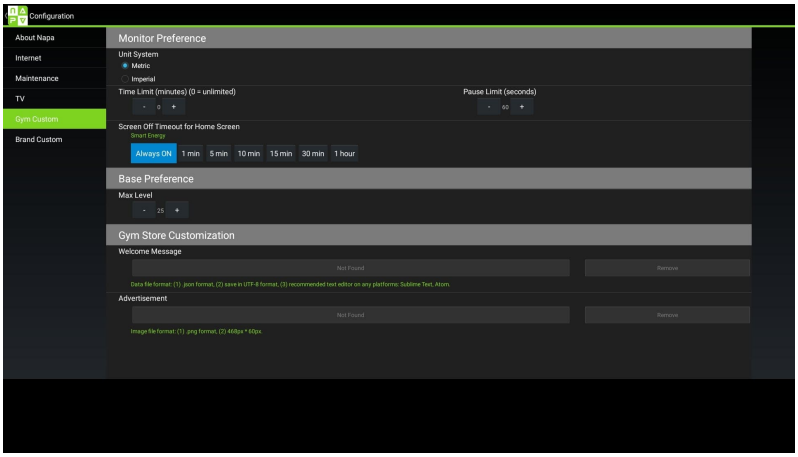
Na ladenie kanálov použite tlačidlá na pravej strane obrazovky. Kliknite na **Menu** pre zobrazenie nastavení televízora, **obrazovka 9.**

- Stlačením tlačidiel OK a Vol+/Vol- vyberte ponuku Ladenie.
- Vyberte krajinu pomocou tlačidiel Ch ↑ / Ch ↓. Stlačením OK potvrďte.
- Vyberte Automatické vyhľadávanie a stlačením OK potvrďte.
- Počkajte niekoľko minút, kým sa naladia všetky kanály. Kanály sa po dokončení ladenia automaticky uložia.

POZNÁMKA: Keď vyberiete možnosť Automatické vyhľadávanie, všetky predtým uložené kanály sa vymažú.

4.- Gym Customs. Zadajte heslo **taipei101** a stlačte tlačidlo **OK**. Umožňuje vám prepínať jednotky medzi metrickými a imperiálnymi a nastaviť časový limit vypnutia obrazovky, **Obrazovka 10.**

Obrazovka 10

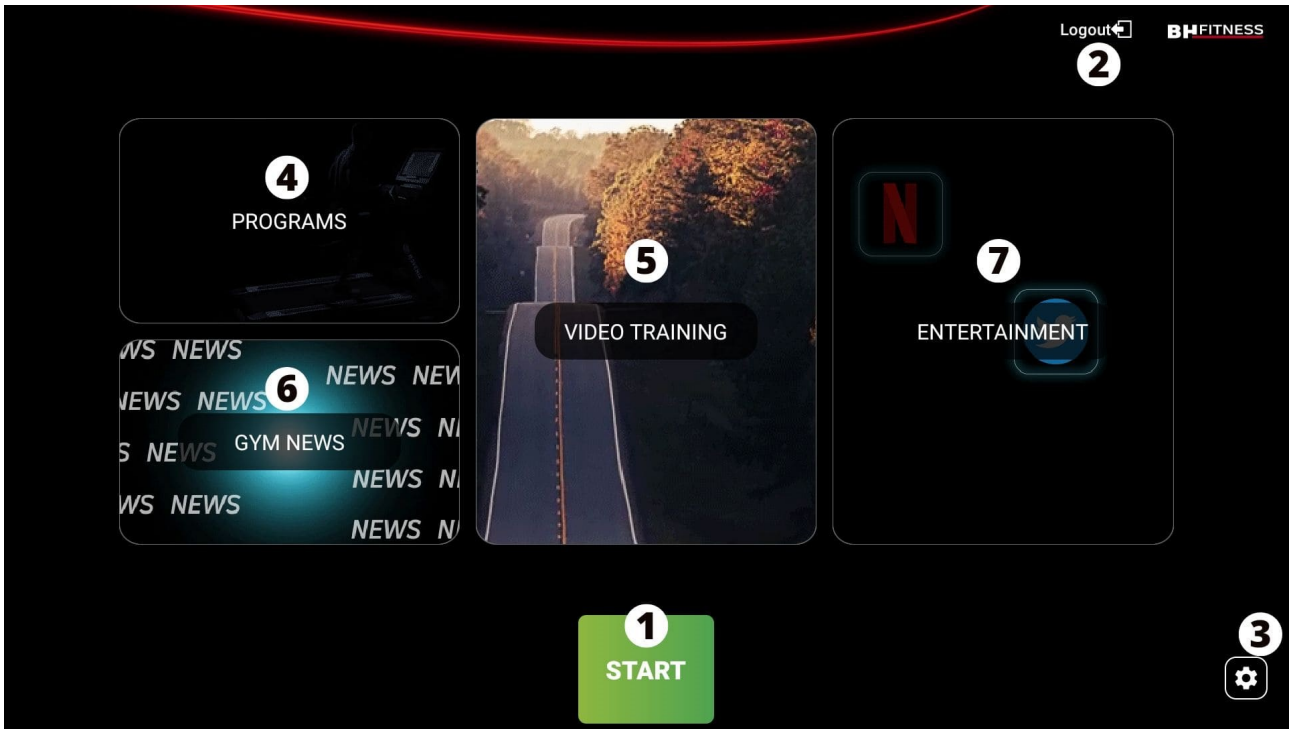


5.- Vstup do hlavnej ponuky. Stlačením ľavého horného rohu na slove **CONFIGURATION** sa vrátite do hlavnej ponuky.

DÔLEŽITÉ: Nemeňte žiadny parameter ponuky Backoffice, pokiaľ nie je podrobne popísaný v tejto príručke, mohlo by to spôsobiť poruchu alebo nesprávnu prevádzku zariadenia.

POKYNY NA PREVÁDZKU.

Obrazovka 11



V hlavnej ponuke, **obrazovka 11**, vyberte požadovanú možnosť:

1.- Štart. Spustite cvičenie priamo bez nastavenia akýchkoľvek parametrov.

2.- Odhlásiť sa. Návrat na úvodnú obrazovku.

3.- BT pripojenie/Hlasitosť. Detekcia Bluetooth slúchadiel a nastavenie hlasitosti.

4.- Programy. Programy so špecifickými a programovateľnými profilmi.

5.- Videotréning. Vyberte si scenár pre vykonanie tréningu.

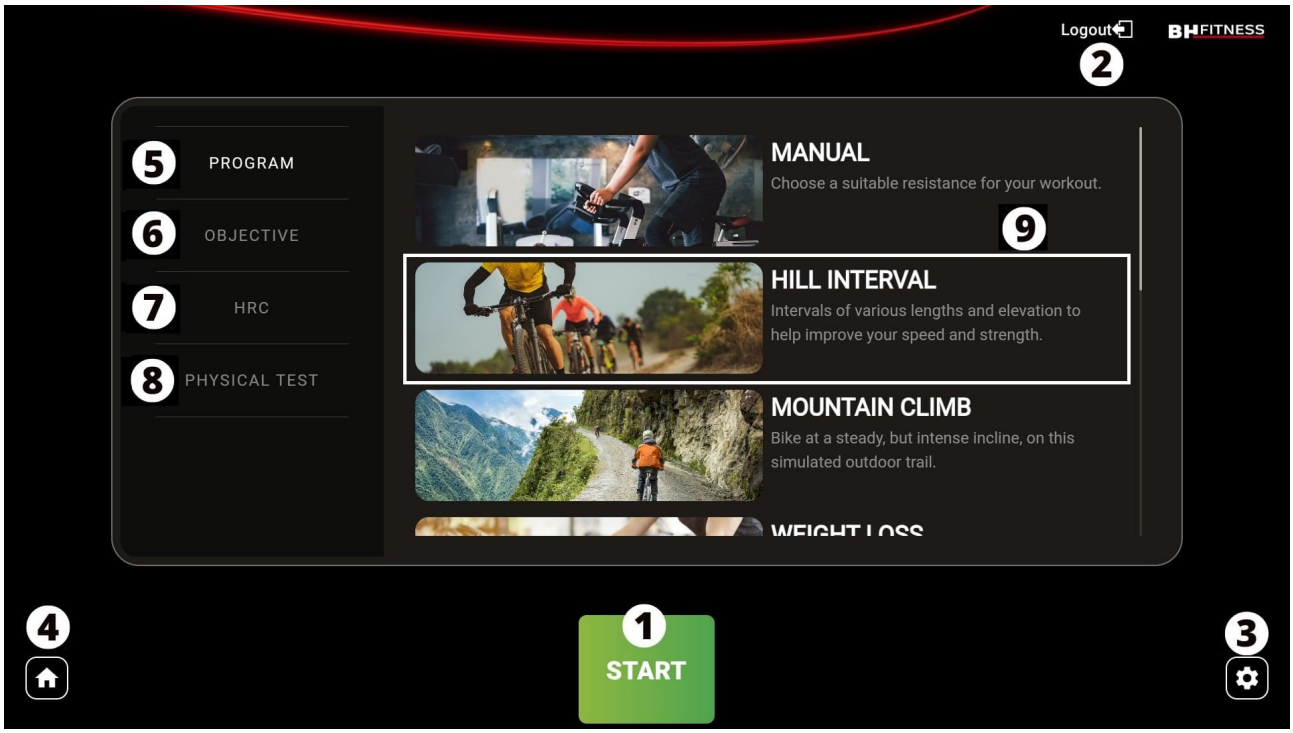
6.- Novinky z telocvične.

7.-Zábava. Integrované aplikácie a TV.

PROGRAMY

V hlavnej ponuke, **obrazovka 11**, vyberte **PROGRAMY** a zobrazí sa vám **obrazovka 12.** Môžete si vybrať zoznam programov rôznych typov.

Obrazovka 12



1.- START Spustite cvičenie priamo bez zadania parametrov.

2.- Logout. Vráťte sa na domovskú obrazovku.

3.- BT connection / Volume. Zistite Bluetooth slúchadlá a upravte hlasitosť.

4.- Home. Vráťte sa do hlavnej ponuky.

5.- Training courses: 8 programov (MANUÁLNY, INTERVALOVÝ, VÝSTUP DO HORY, CHUDNUTIE, SKLON S POWEROM, VYTRVALOSŤ, INTERVAL, OVLÁDANIE VÝKONU VO WATToch) Stroj upraví odpor v závislosti od profilu a zvolených parametrov.

6.- Objective: Umožňuje vám nastaviť cieľ cvičenia ČAS, VZDIALENOSŤ alebo KALÓRIE.

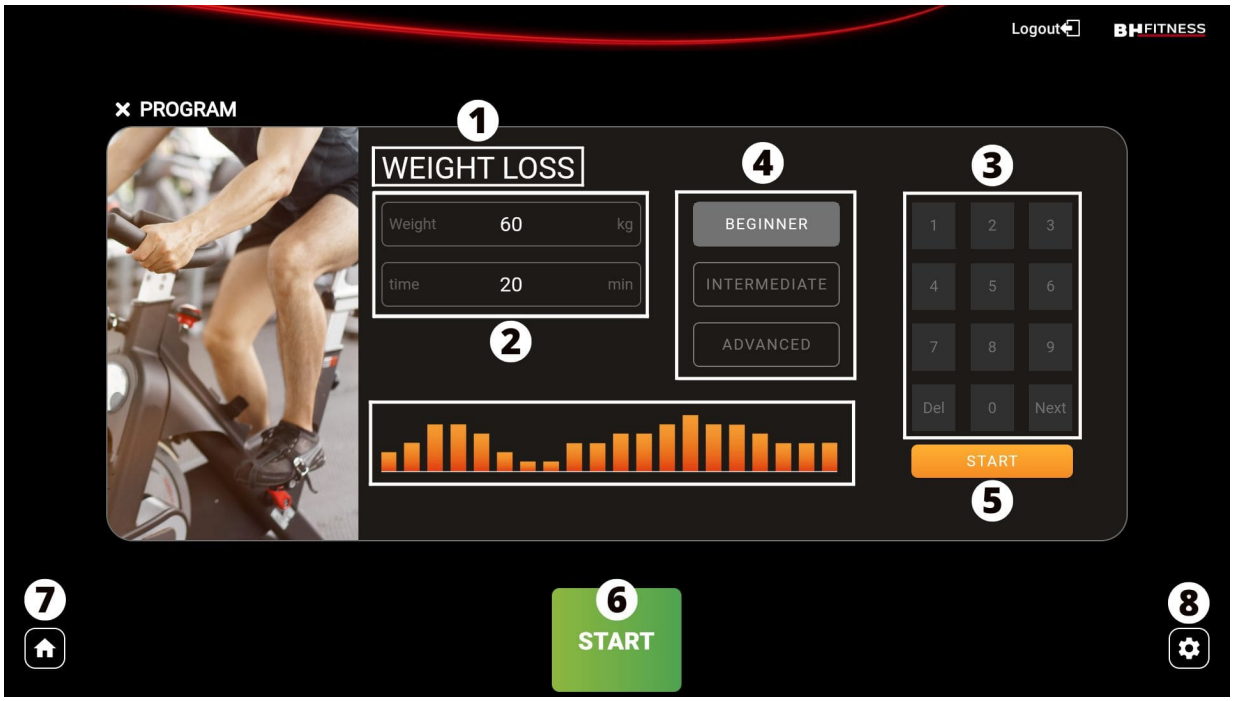
7.- Heart Rate Control: Stroj upraví úroveň odporu podľa srdcovej frekvencie používateľa, aby sa hodnoty pulzu udržali v zvolenom rozsahu.
Tento program vyžaduje systém na meranie pulzu, je potrebné použiť manuálne senzory (rúčka) alebo telemetrický hrudný pulzný pás.
Srdcová frekvencia by nemala prekročiť tzv. maximálnu frekvenciu, ktorá sa s vekom znižuje. Jednoduchý vzorec na jej výpočet je odčítanie veku používateľa (roky) od 220. Cvičenie sa musí udržiavať medzi 65 % a 85 % maximálnej srdcovej frekvencie a odporúča sa neprekročiť 85 %.

DÔ LEŽITÉ. Toto nie je zdravotnícka pomôcka a malo by sa používať len ako návod.

8.- Fyzický test. - Test VO2 Max. Umožňuje posúdiť fyzickú kapacitu používateľa odhadom objemu O2 pri vykonávaní testu za určitých podmienok.

9.- Výber programu. - Po výbere cvičenia sa zobrazí obrazovka 13, kde si môžete vybrať parametre cvičenia. Referenčný profil zvoleného programu sa zobrazí v strednej časti, ak je k dispozícii.

Obrazovka 13



1.- Názov programu

2.- Voliteľné parametre. Líšia sa v závislosti od programu.

3.- Numerická klávesnica. Umožňuje zadať požadované hodnoty parametrov.

4.- Úroveň, srdcová frekvencia alebo pohlavie v závislosti od zvoleného programu

5.- Začnite cvičenie s vybranými parametrami

6.- Spustenie cvičenia bez zadania parametrov

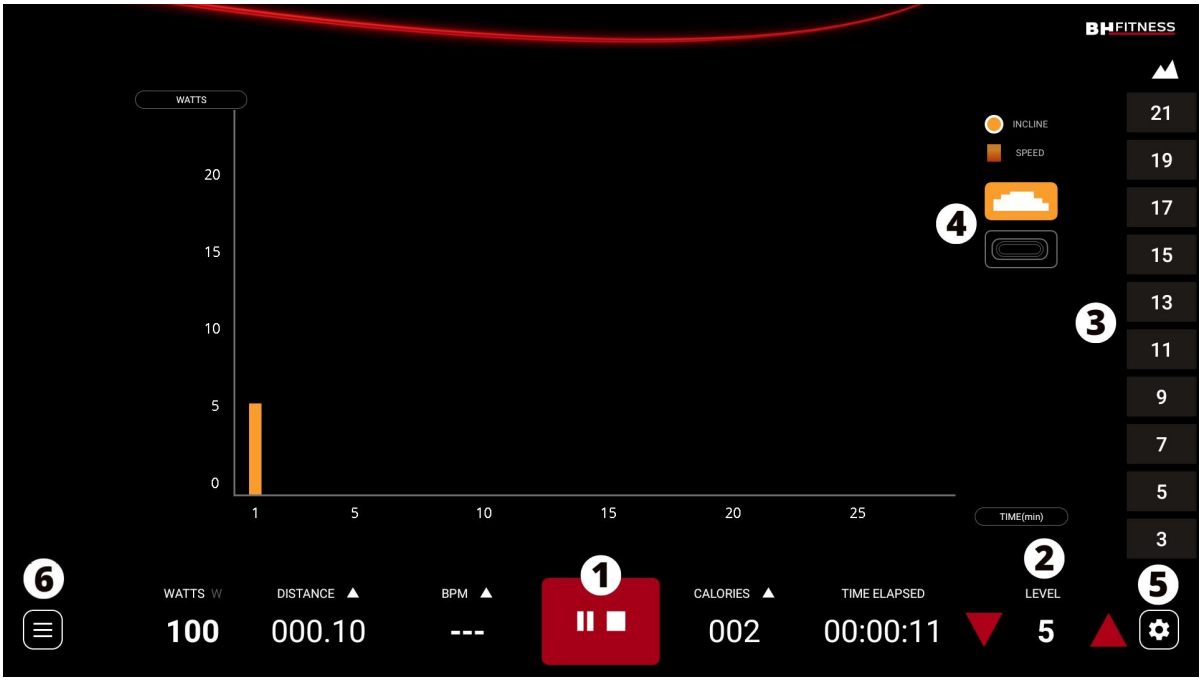
7.- Späť do hlavnej ponuky

8.- BT pripojenie a hlasitosť

-ŠKOLIACI KURZ

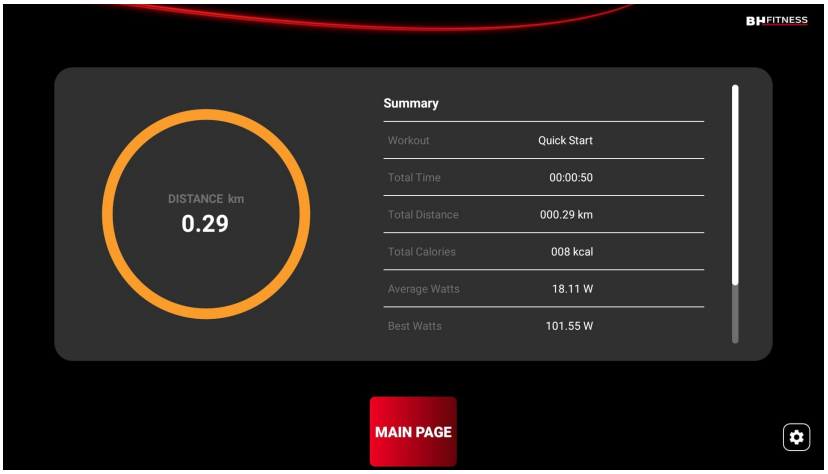
Po výbere cvičenia sa spustí odpočítavanie a zobrazí sa vám nasledujúca obrazovka:

Obrazovka 14



1.- Stop / Pause. Zastavenie alebo pozastavenie cvičenia. Po dokončení cvičenia sa zobrazí súhrn. Ak sa používateľ prihlásil, údaje sa nahrajú do cloudu.

Obrazovka 15



2.- Zvýšiť / Znížiť. Na zvýšenie/zníženie úrovne použite šípky.

3.-Rýchle klávesy. Priamy výber úrovne.

4.- Zobraziť. Prepína medzi zobrazením profilu roviny a zobrazením okruhu.

5.- BT pripojenie / Hlasitosť

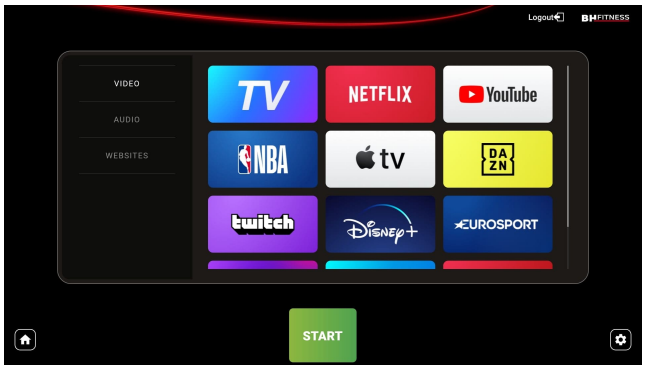
6.- Zábava

MULTIMÉDIÁ.-

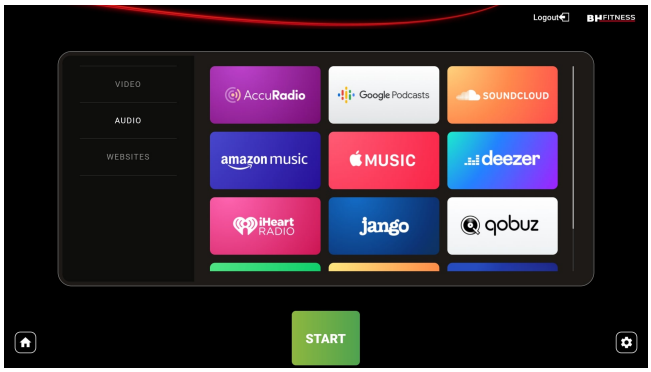
Kliknutím na Zábava na **obrazovke 11** získate prístup k rôznym multimediálnym aplikáciám. Prístup k nim je možný aj z obrazovky cvičenia, **obrazovka 14**. Počet dostupných aplikácií sa bude líšiť v závislosti od nastavení monitora a umiestnenia.

Aplikácie sú rozdelené do kategórií: video, audio a web.

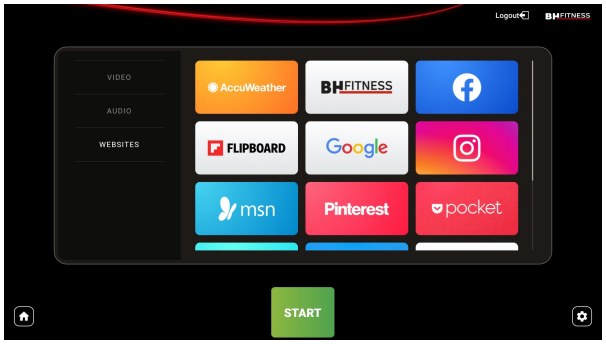
Obrazovka 16



Obrazovka 17



Obrazovka 18

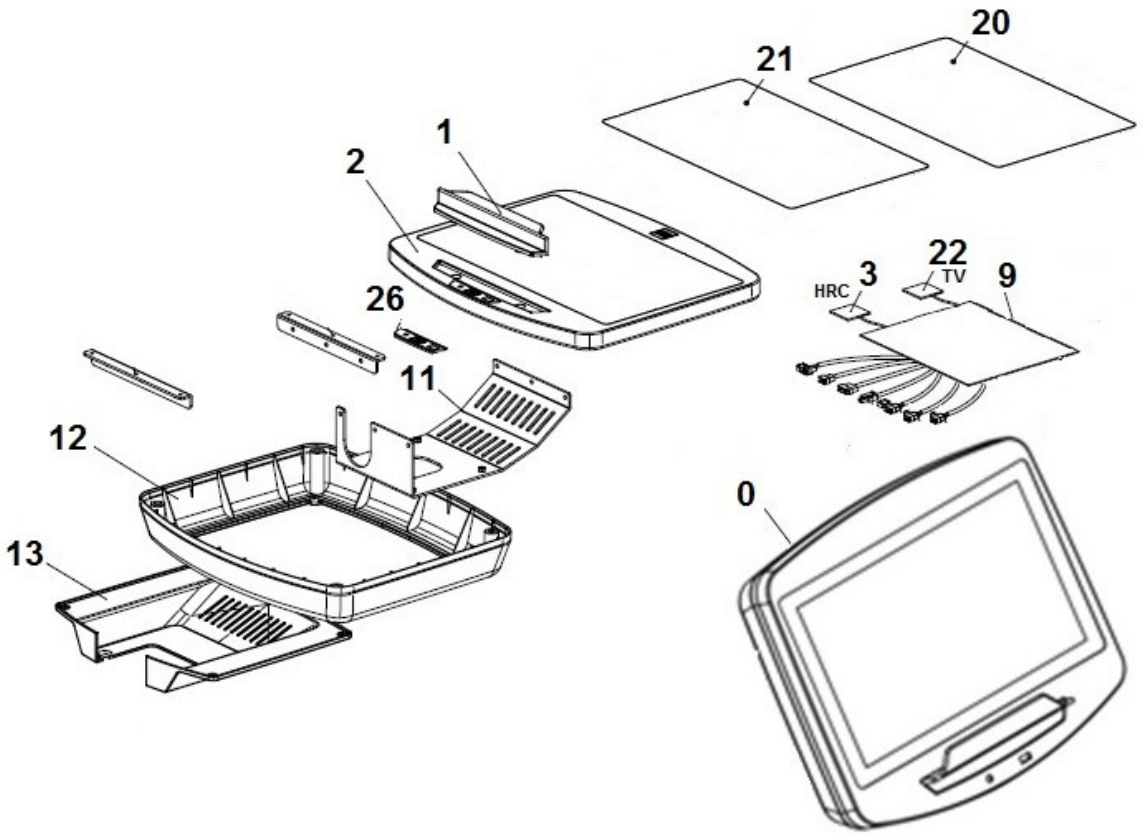


-TV.-

Na **obrazovke 16** máte prístup k možnosti **DVB-T**, ak je k dispozícii. Po naladení kanálov môžete pomocou tlačidiel na oboch stranách obrazovky prepínať kanály a upravovať hlasitosť.

V prípade akýchkoľvek otázok neváhajte kontaktovať technickú podporu (S.A.T.) zavolaním na telefónne číslo zákazníckeho servisu (pozri poslednú stranu tejto príručky).

SPOLOČNOSŤ BH SI VYHRADZUJE PRÁVO ZMENIŤ ŠPECIFIKÁCIE SVOJICH PRODUKTOV BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.



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

TRINTECO

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