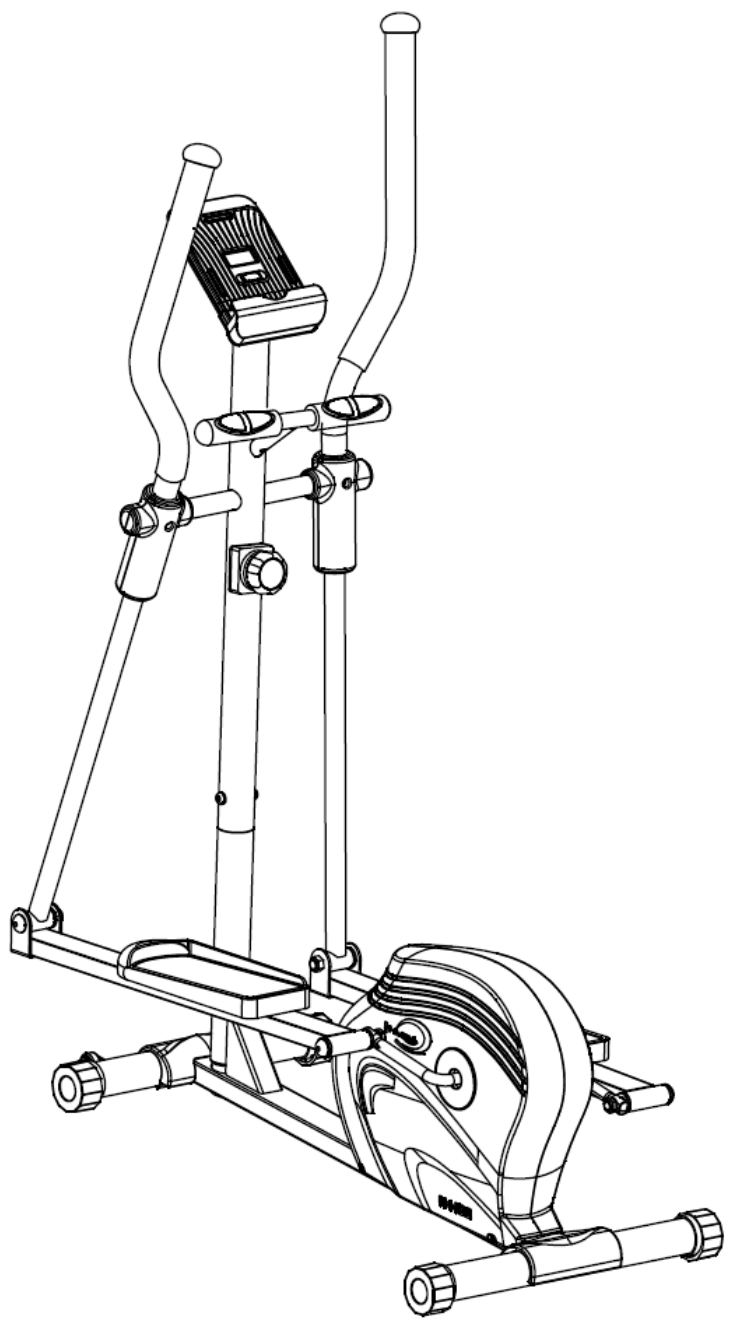




**ORBITREK MAGNETYCZNY - MAGNETIC ELLIPTICAL -
MAGNETICKÝ ELLIPTICAL
H4402**

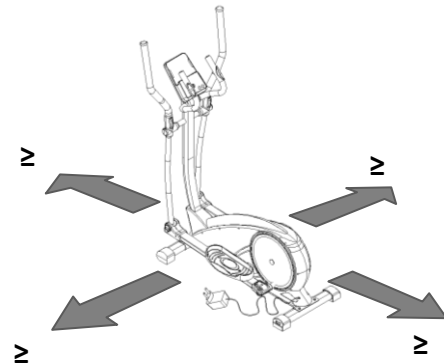


**INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION –
NÁVOD K OBSLUZE**

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Produkt ten przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego i zaprojektowano tak, aby zapewnić optymalne bezpieczeństwo. Powinny być przestrzegane następujące zasady:

1. Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.
 2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę. Kroki wykonywane są ze sobą powiązane.
 3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem. Urazy mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
 4. W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zabezpiecz sprzęt treningowy przed dostępem dzieci i zwierząt
 5. Urządzenie należy postawić na suchej, stabilnej i właściwie wypoziomowanej powierzchni. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń. Układ hamujący nie jest zależny od prędkości ćwiczeń.
 6. Wolna przestrzeń nie powinna być mniejsza niż 0,6 m i większa niż powierzchnia treningowa w kierunkach, w których sprzęt jest dostępny. Wolna przestrzeń musi także zawierać przestrzeń do awaryjnego zejścia. Gdzie sprzęt jest usytuowany obok siebie, wielkość wolnej przestrzeni może być podzielona.
 7. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
 8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
 9. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na uchwyty piankowe, zaślepki na nogi i tapicerkę, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
 10. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
 11. Zwracaj uwagę na wystające urządzenia regulacyjne i inne elementy konstrukcyjne, które mogłyby przeszkadzać w trakcie ćwiczeń.
 12. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.
 13. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.
 14. **Sprzęt zaliczony został do klasy H według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**
 15. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu należy zachować właściwą postawę, aby nie uszkodzić kręgosłupa.
 16. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Trzymaj dzieci, nie będące pod nadzorem z dala od urządzenia.
 17. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.
- OSTRZEŻENIE:** PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.



DANE TECHNICZNE

Waga netto – 27 kg
Koło zamachowe – 5 kg
Rozmiar po rozłożeniu – 106 x 59 x 150 cm
Maksymalne obciążenie produktu – 110 kg

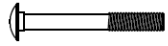


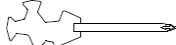




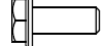

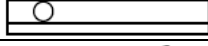
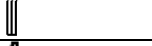

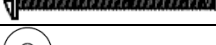




KONSERWACJA

Do czyszczenia urządzenia nie należy używać agresywnych środków czyszczących. Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu. Urządzenia należy przechowywać w miejscach suchych by chronić je przed wilgocią i korozją.




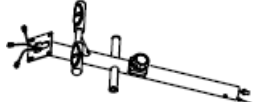









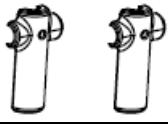

SPOSÓB REGULACJI OPORU

Siłę oporu reguluje się za pomocą gałki umieszczonej na ramie przedniej górnej, pod uchwytem kierownicy. Znak "-" to opór niski, znak "+" to opór wysoki

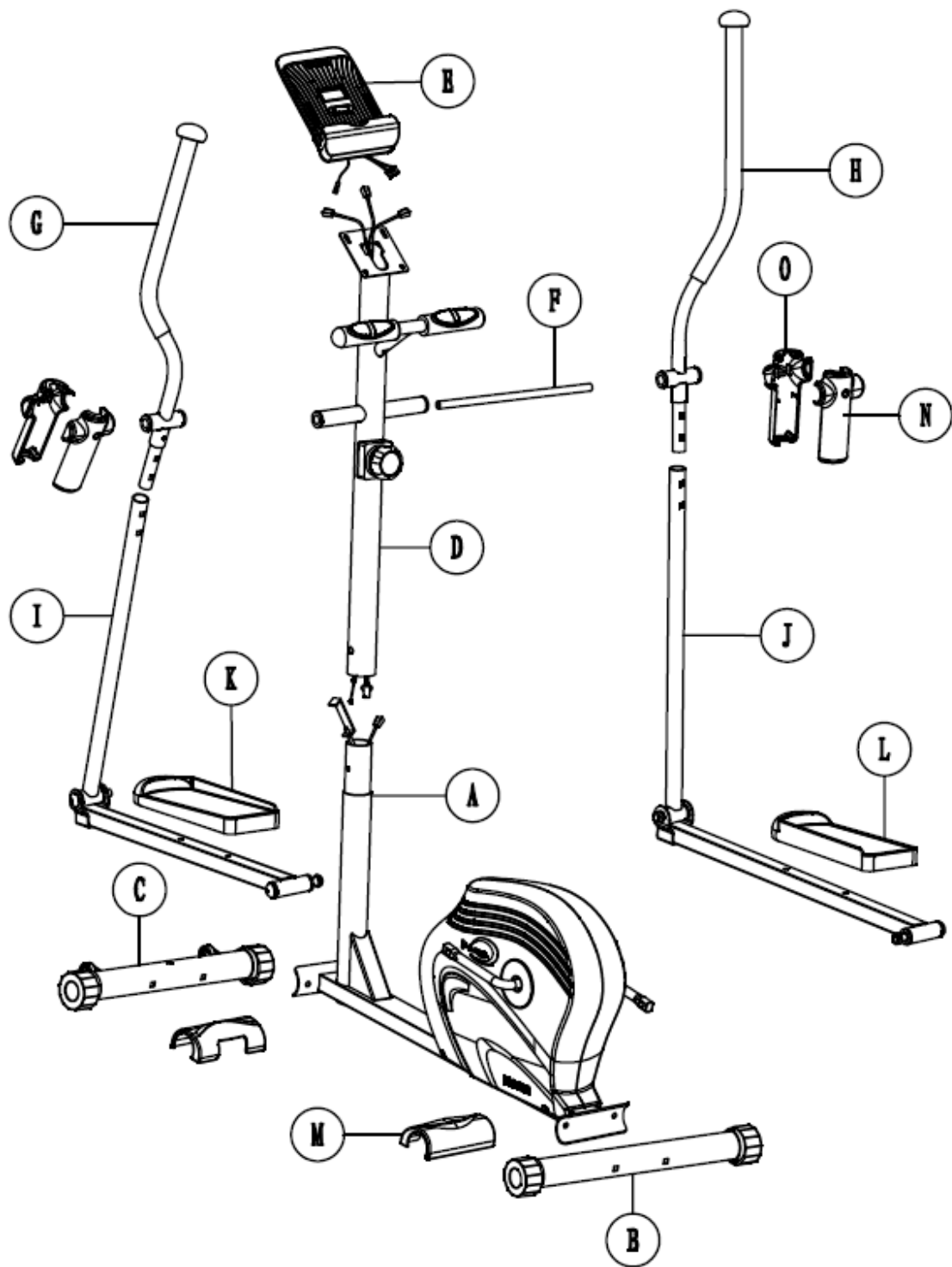
LISTA CZĘŚCI

| Cz. | Obraz | Opis | Liczba | Č. | Obraz | Opis | Liczba |
|-----|---|---------------------|--------|----|--|--------------------|--------|
| 1 |  | M8*65mm śuba | 4 | 2 |  | Φ8*19 podłożka | 12 |
| 3 |  | M8 nakrętka | 8 | 4 |  | 10,13,15,17 klucz | 2 |
| 5 |  | M8*16mm śuba | 4 | 6 |  | L klucz 5*5mm | 1 |
| 7 |  | Φ17.5*25 podłożka | 2 | 8 |  | Φ8.5*Φ25 podkładka | 2 |
| 9 |  | M8*1.0*20mm śuba | 2 | 10 |  | M8*40mm śuba | 4 |
| 11 |  | Klucz | 1 | 12 |  | L klucz 6*6mm | 1 |
| 13 |  | Klucz | 1 | 14 |  | M6*40mm śuba | 4 |
| 15 |  | Φ6 podkładka | 4 | 16 |  | Φ6*Φ18 podkładka | 4 |
| 17 |  | Podkładka sprężysta | 4 | 18 |  | M5*10mm śuba | 4 |

ELEMENTY SKŁADOWE

| Ozn. | Obraz | Opis | Liczba | Ozn. | Obraz | Opis | Liczba |
|------|---|-------------------------|--------|------|--|-----------------------|--------|
| A |  | Rama główna | 1 | B |  | Stabilizator tylni | 1 |
| C |  | Stabilizator przedni | 1 | D |  | Słupiek uchwytu | 1 |
| E |  | Komputer | 1 | F |  | Oś uchwytu | 1 |
| G |  | Lewy uchwyt | 1 | H |  | Prawy uchwyt | 1 |
| I |  | Lewa pedału dźwignia | 1 | J |  | Prawa pedału dźwignia | 1 |
| K |  | Lewy pedał | 1 | L |  | Prawy pedał | 1 |
| M |  | Ośłona | 2 | N |  | Tylna osłona uchwytu | 2 |
| O |  | Przednia osłona uchwytu | 2 | | | | |

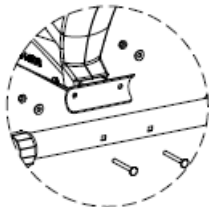
WYKRES



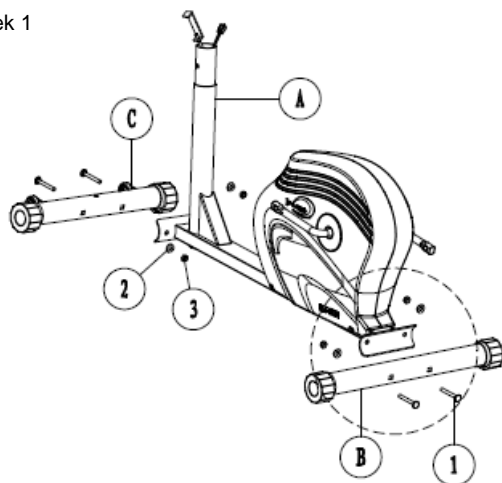
MONTAŻ

Krok 1

- 1) Ustaw ramę główną (A) na płaskiej powierzchni.
- 2) Zamontuj tylny stabilizator (B) do ramy głównej (A), wykorzystując 2szt. śrub M8*65mm (1), 2szt. podkładek $\Phi 8*19$, 2szt. nakrętek M8 (3) oraz klucz (4) (patrz rysunek 1).
- 3) Ten sam sposób montażu powórz w przypadku przedniego stabilizatora (C).

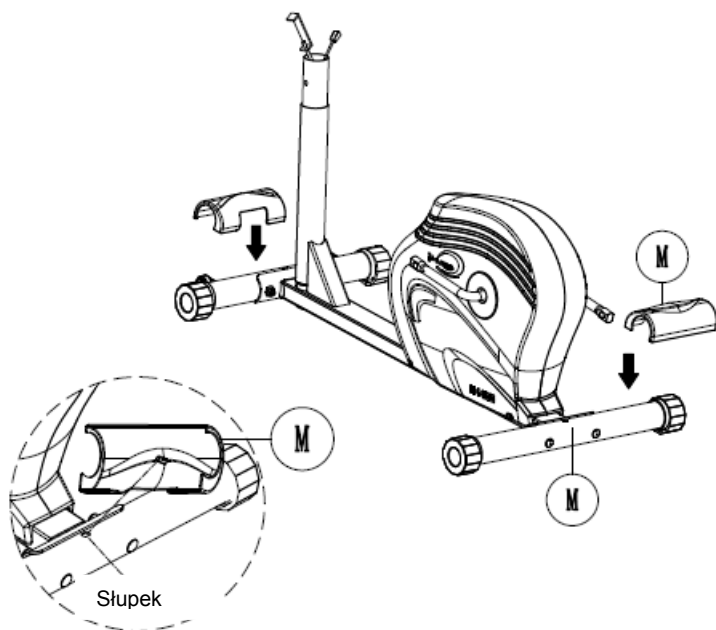


Rysunek 1



Krok 2

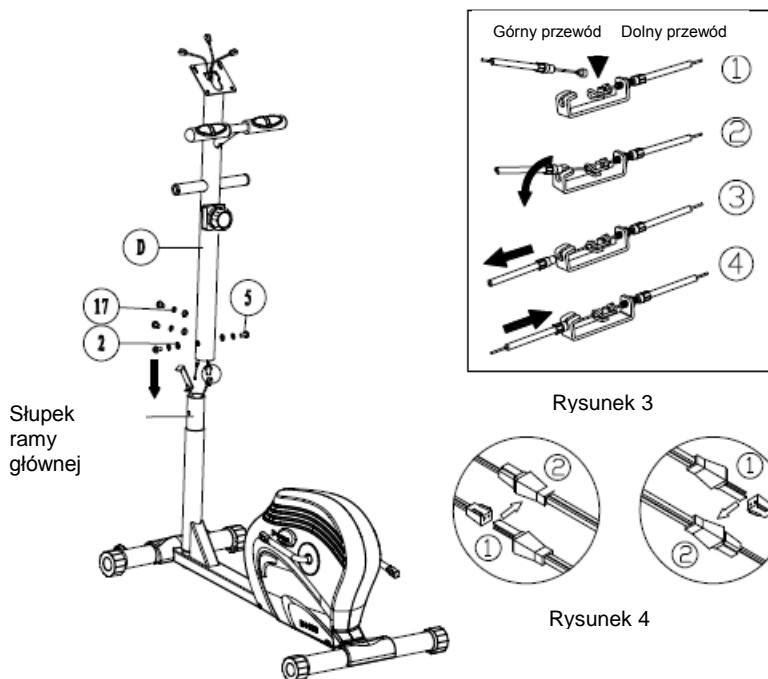
- 1) Przytwierdź po jednej osłonie (M) na tylnym (B) i przednim (C) stabilizatorze. UWAGA: osłona musi być umieszczona przed słupkiem i tylnym korpusem, jak na rysunku 2.



Rysunek 2

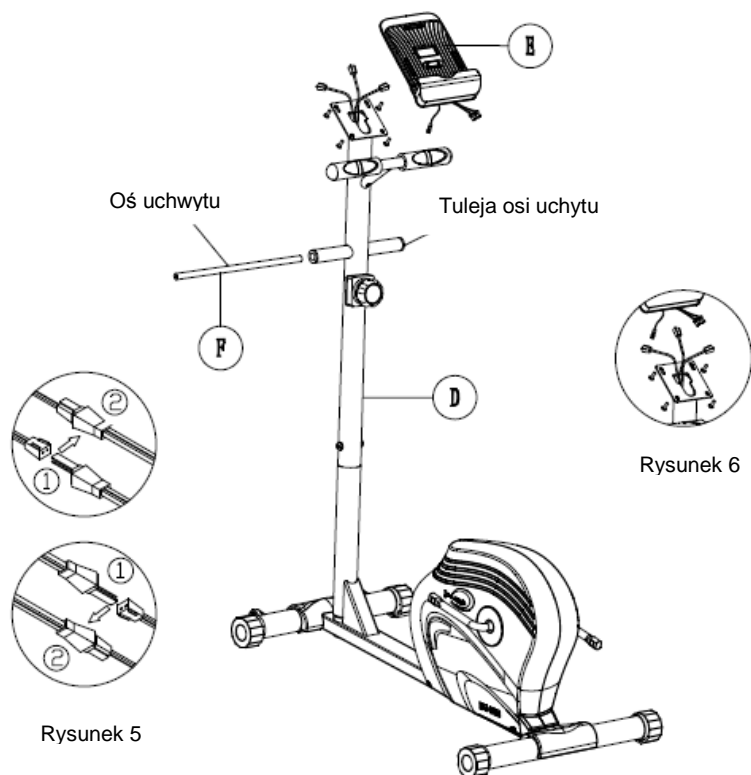
Krok 3

- 1) Połącz przewody wystające z słupka uchwyty (D) z kablami znajdującymi się wewnątrz ramy głównej. Upewnij się, że regulacja obciążenia wskazuje wartość 1. Następnie (patrz rysunek 3) połącz kabel regulujący zakres obciążenia (4 kroki). Najpierw umieść górny przewód na haczyku. Po czym proszę wsadzić kabel do okrągłego otworu. Następnie naciągnąć go. Potem, należy połączyć oba przewody.
- 2) Nasadź słupek uchwyty (D) na ramę główną (A) i połącz oba elementy za pomocą: klucza L 5*5mm (6), 4 szt. M8*16mm śrub (5), 4szt podkładek sprężystych (17) oraz 4szt Φ8*19 podkładek (2).



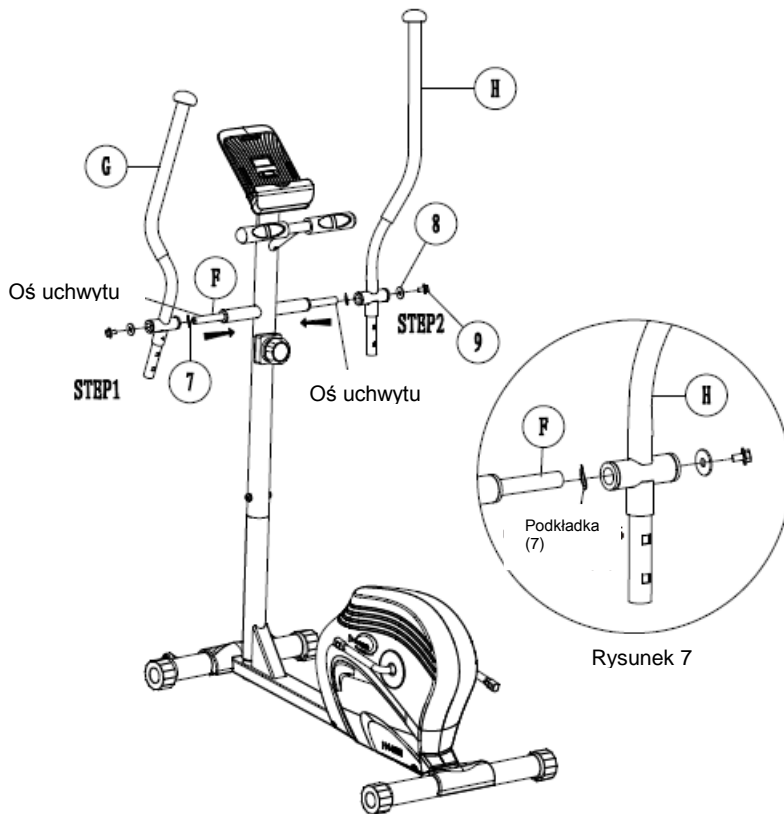
Krok 4

- 1) Połącz przewody komputera (E) z kablami wystającymi z słupka uchwyty (D), patrz obrazek 5. Przymocuj komputer (E) do słupka uchwyty za pomocą 4szt. śrub M5*10mm i klucza (4), patrz rysunek 6.
- 2) Włóż oś uchwyty (F) w tuleję przytwierdzoną do słupka uchwyty.



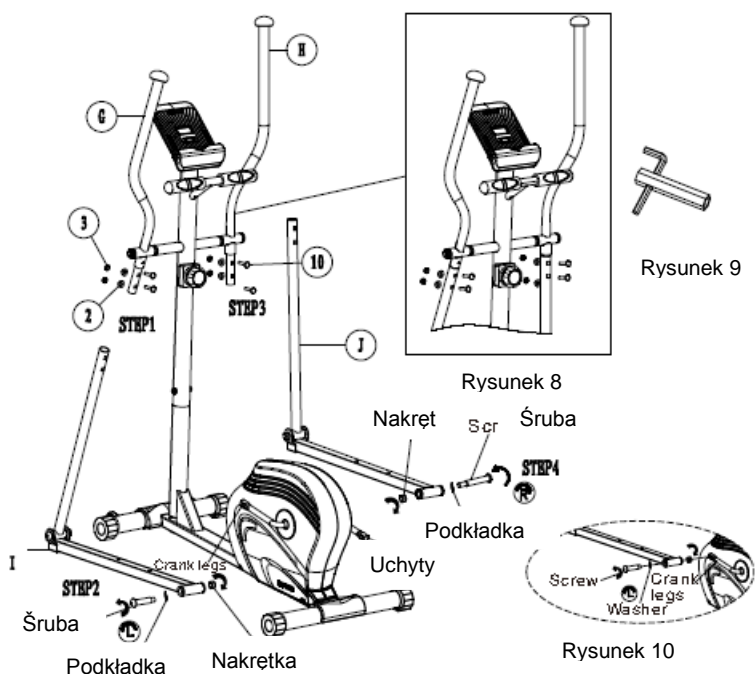
Krok 5

- 1) Umieść 2szt. $\Phi 17.5 \times \Phi 25$ podkładek (7) na prawej/lewej stronie osi uchwyty (F).
- 2) Zamontuj lewy uchwyt (G) i prawy uchwyt (H) na lewym/prawym końcu osi uchwyty (F). Przymocuj całość za pomocą 2szt. podkładek $\Phi 8.5 \times \Phi 25$ (8), 2szt. śrub $M8 \times 1.0 \times 20\text{mm}$ (9) oraz 2szt. kluczy (4), patrz rysunek 7.



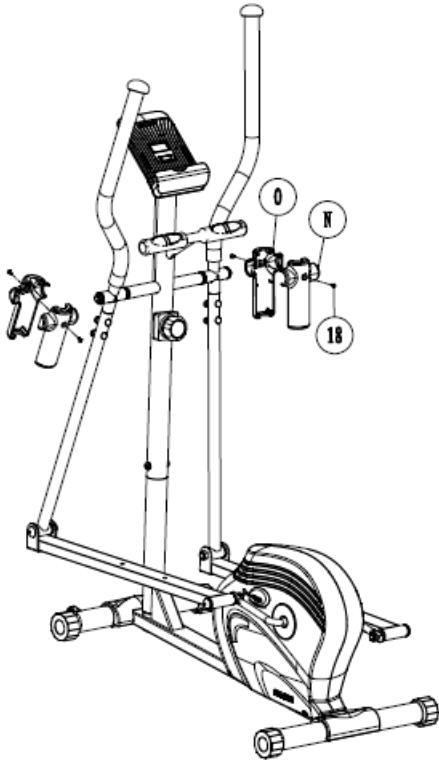
Krok 6

- 1) Połącz górną część lewej dźwigni pedału (I) z dolną częścią lewego słupka uchwyty (G) za pomocą 2szt. śrub $M8 \times 40\text{mm}$ (10), 2szt. $\Phi 8 \times 19$ podkładek (2), 2szt. M8 nakrętek (3) (jak na rysunku 8), klucza $5 \times 5\text{mm}$ (6) i klucza (11) (zgodnie z rysunkiem 9).
- 2) Wykręć z dolnej części lewej dźwigni pedału (I) fabrycznie zamontowane śruby, nakrętki i podkładki. Następnie zamontuj lewą dźwignię pedału (I) do lewej korby napędu. Przykręć wszystko wykorzystując odkręcone wcześniej śruby. Użyj w tym celu klucza $5 \times 5\text{mm}$ (6) oraz klucza (11), jak na obrazku 9.
- 3) Powtórz powyższą czynność z drugiej strony.



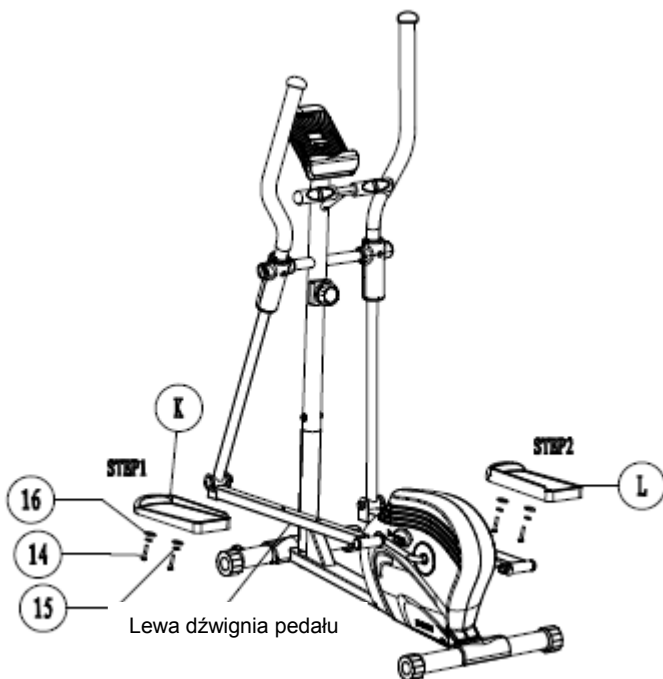
Krok 7

- 1) Zamontuj przednie osłony uchwyty (N) oraz tylne osłony uchwyty (O), nasadź oba elementy na spójnieniu lewego/prawego słupka uchwyty z lewą/prawą dźwignią pedału za pomocą klucza (4) oraz 2szt. śrub M5*10mm (18).



Krok 8

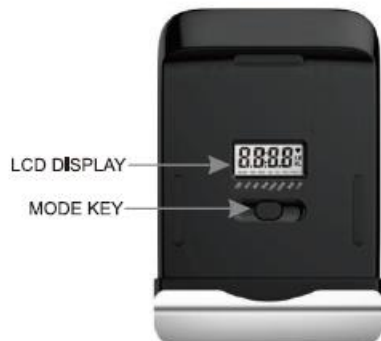
- 1) Weź Lewy Pedał (K), następnie zamontuj go na lewej dźwigni pedału wykorzystując 2 szt. śrub M6*40mm (14), 2szt podkładek $\Phi 6$ (15) oraz 2szt podkładek $\Phi 6*18$ (16). Dokręć wszystkie śruby wykorzystując klucz (4).
- 2) Ten sam sposób montażu powtórz w przypadku prawego pedału (L).



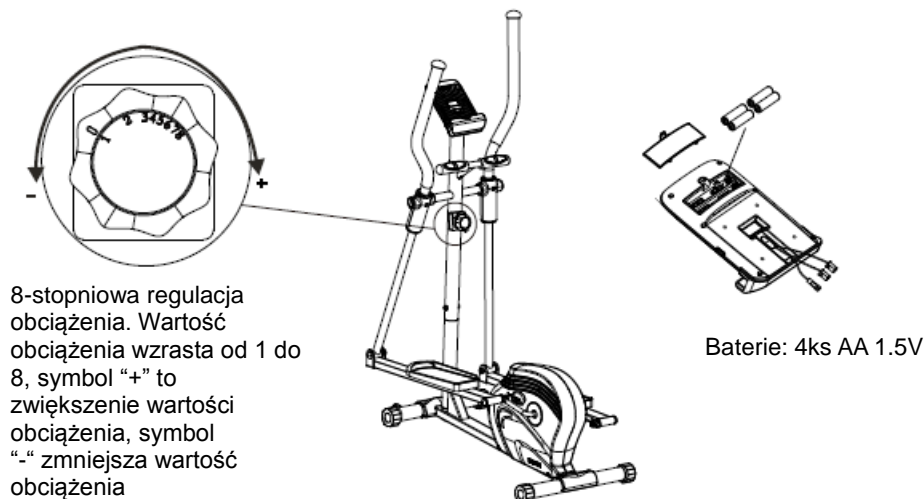
KOMPUTER

Instrukcja działania komputera

- 1) Naciśnięcie przycisku MODE umieszczonego pod wyświetlaczem LCD umożliwia wybór i potwierdzenie danej funkcji (scan, time, speed, distance, calorie, ODO, RPM, pulse). Przytrzymanie przycisku przez kilka sekund spowoduje reset wszystkich wartości.
- 2) Komputer wyłączy się po 4 minutach, jeśli nie odbierze żadnego sygnału albo nie zostanie wciśnięty przycisk.
- 3) Wyświetlacz LCD włącza się automatycznie po wciśnięciu przycisku MODE lub odebrania sygnału (w sytuacji gdy użytkownik zacznie pedałować).



USTAWIENIE OBCIĄŻENIA I BATERIE



8-stopniowa regulacja obciążenia. Wartość obciążenia wzrasta od 1 do 8, symbol "+" to zwiększenie wartości obciążenia, symbol "-" zmniejsza wartość obciążenia

Baterie: 4ks AA 1.5V

Baterie

- 1) Zdejmij pokrywę baterii, po czym włóż 4 baterie AA 1.5V w otwory znajdujące się z tyłu komputera.
- 2) Zwróć uwagę na polaryzację (oznaczenie biegunów znajduje się w środku komory baterii). Dobrze zamknij pokrywę.



Ostrzeżenie:

- Zużyte baterie powinny być natychmiast wymienione
- Baterie należy wymieniać co najmniej raz do roku, aby uniknąć wycieku

ZAKRES STOSOWANIA

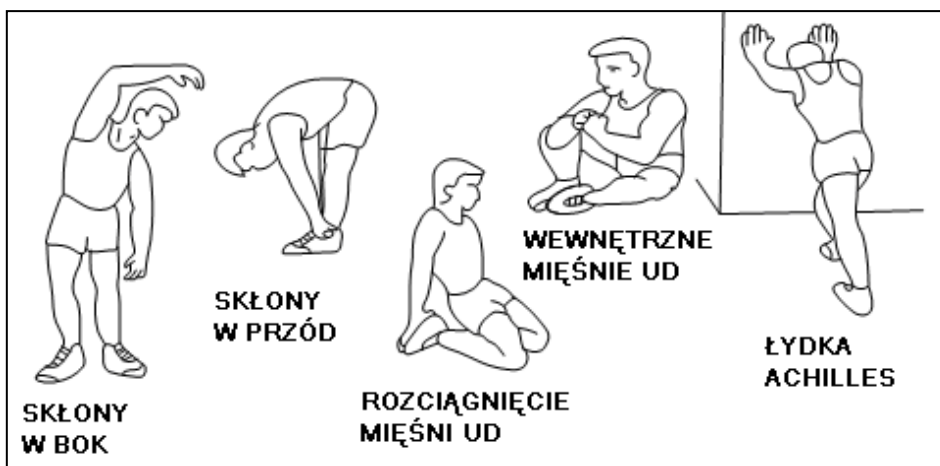
Ćwiczenia na rowerku stacjonarnym zastępują ćwiczenia wykonywane na zwykłym rowerze.

Orbitrek magnetyczny H4402 jest urządzeniem klasy H przeznaczonym wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.

INSTRUKCJA TRENINGU

1. Rozgrzewka

Przed rozpoczęciem treningu sugerujemy wykonać ćwiczenia rozgrzewające przedstawione poniżej na rysunku. Każde ćwiczenie powinno być wykonywane, co najmniej przez 30 sekund. Rozgrzewka zmniejsza ryzyko kontuzji i skurczu mięśni i powodują lepszą pracę mięśni.



Pozycja

Usiądź na siodelku, stopy wsuń w pedały tak by były zablokowane pomiędzy podstawą pedału a paskiem zabezpieczającym, dłonie oprzyj na kierownicy. W trakcie ćwiczeń należy mieć wyprostowane plecy.

Trening

Aby poprawić swoją kondycję i zdrowie należy przestrzegać podanych instrukcji treningu. Jeżeli wcześniej nie byłeś aktywny fizycznie przez dłuższy okres czasu powinieneś skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem ćwiczeń.

Organizacja treningu

Rozgrzewka:

Przed każdym treningiem powinieneś się rozgrzewać przez 5-10 minut. Można wykonać kilka ćwiczeń rozciągających lub pedałować przez kilka minut przy małym oporze.

Sesje treningowe:

Długość treningu może być określona według następującej reguły:

- Trening codzienny: ok. 10 min
- 2-3 razy w tygodniu: ok./30 min
- 1-2 razy w tygodniu: ok.60 min

Odpoczynek:

Wraz z końcem treningu należy stopniowo zmniejszać intensywność. Aby zapobiec skurczom mięśni zaleca się również ćwiczenia rozciągające.

Sukces

Nawet po krótkim okresie czasu zauważysz, że musisz stopniowo zwiększać opór, aby utrzymać optymalny poziom pulsu. Treningi będą coraz łatwiejsze i będziesz się czuł sprawniejszy w ciągu normalnego dnia.

Jednak należy się zmotywować do regularnych ćwiczeń. Wybierz określoną godzinę treningu i nie rozpoczynaj ćwiczeń zbyt agresywnie.



Dział obsługi klienta: ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41-905 Bytom
serwis@abisal.pl



KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:

Kod EAN:

Data sprzedaży:

.....
(Pieczęć i podpis sprzedawcy)

WARUNKI GWARANCJI

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:

- czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku /
 - reklamowanego towaru
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
 4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres gwarancji może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
 5. Gwarancją nie są objęte:
 - Uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka, itp.
 6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - Upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
 7. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
 8. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków ,serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy . W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
 9. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem ,konserwacją które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
 10. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.

Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKOWANIA W SIŁOWNIACH, KLUBACH KULTURYSTYCZNYCH, CENTRACH FITNESS ORAZ DO INNYCH CELÓW WYCZYNOWYCH

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

| Lp. | Data zgłoszenia | Data wydania | Przebieg napraw | Podpis odbierającego (sklep, właściciel) |
|-----|-----------------|--------------|-----------------|--|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |