



INSTRUKCJA- ROWER MAGNETYCZNY RM-211

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Produkt ten przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego i zaprojektowano tak, aby zapewnić optymalne bezpieczeństwo.

OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

INFORMACJE TECHNICZNE O PRODUKCIE

Waga netto – 18 kg

Koło zamachowe – 4 kg

Rozmiar po rozłożeniu – 97 x 54 x 121 cm

Maksymalne obciążenie produktu – 100 kg

REGULACJA WYSOKOŚCI SIODEŁKA

Aby wyregulować wysokość siodelka poluzuj śrubę mocującą wspornik siodelka w ramie i przesuwając wspornik siodelka reguluj odpowiednio do wzrostu użytkownika. Dokręć śrubę tak, aby nie można było zmienić położenia trzonu wspornika siodelka. Pod żadnym pozorem nie można wyciągać trzonu wspornika siodelka powyżej oznaczenia minimalnego lub maksymalnego zaznaczonego na trzonie siodelka.

ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

NR CZĘŚCI	NAZWA	ILOŚĆ
1	Rama główna	1
2	Kierownica	1
3	Słup kierownicy	1
4	Tylny stabilizator	1
6	Przedni stabilizator	1
7	Regulator oporu	1
8	Pokrętło	1
10	Komputer	1
13	Ośłona	1 zest.
20	Pedał	1
21	Pedał	1
27	Siodelko	1
28	Zaślepki	1 zest.
29	Zaślepki	1 zest.

KONSERWACJA

Do czyszczenia urządzenia nie należy używać agresywnych środków czyszczących. Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu. Usuwać ślady potu gdyż kwasowy odczyn może uszkodzić powłokę. 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 słupie kierownicy. Aby zmniejszyć opór przekręcamy gałkę regulacji w kierunku znaku minus (-), aby zwiększyć opór przekręcamy gałkę w kierunku znaku plus (+).

SPOSÓB HAMOWANIA

Aby zatrzymać urządzenie treningowe należy przestać pedałować.

34	Nakrętka M8	4
35	Śruba M8X70	4
36	Podkładka 8mm	4
38	Podkładka 8mm	1
42	Nakrętka	1
47	Śruba	1
59	Przewód czujnika	1
	Klucz imbusowy	2

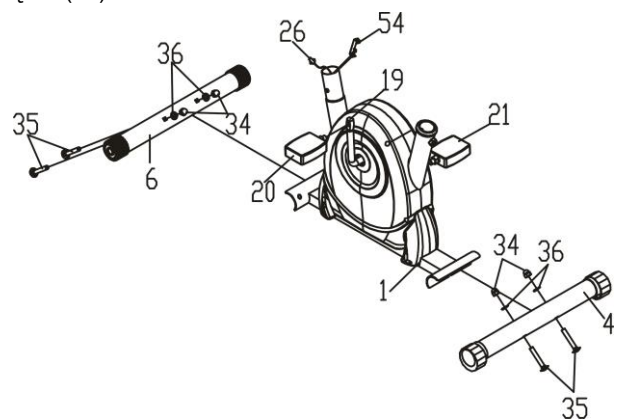
OGÓLNE WSKAZÓWKI

- A. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
- B. W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zabezpiecz sprzęt treningowy przed dostępem dzieci i zwierząt
- C. Urządzenie należy postawić na suchej i równej powierzchni w odległości 0,5m od ściany. 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 przesuwanemu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
- D. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
- E. 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.
- F. 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.
- G. Sprzęt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.
- H. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Dzieci mogą z niego korzystać wyłącznie pod nadzorem dorosłych i na ich wyłączną odpowiedzialność.
- I. 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.

MONTAŻ

KROK 1.

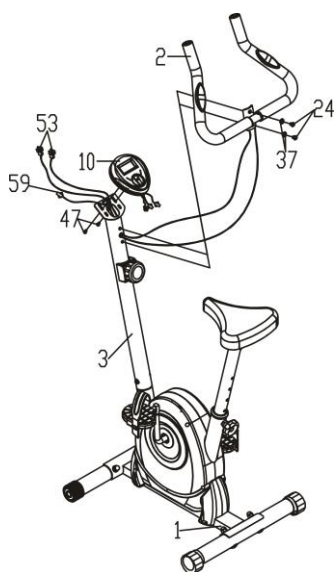
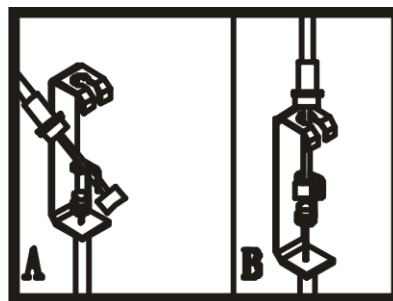
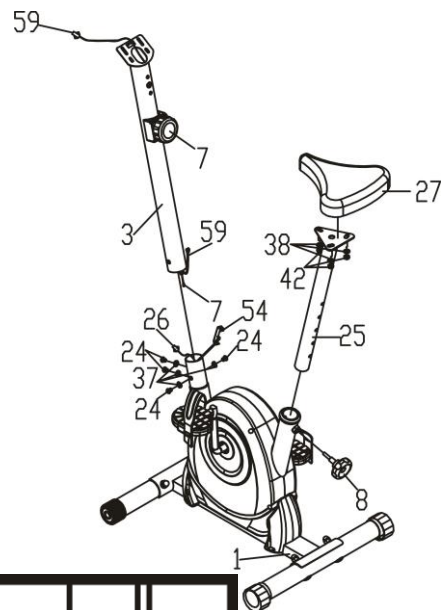
- ✓ Połącz tylny stabilizator (4) wraz z zaślepkami (29) z przyspawanym do ramy głównej (1) gniazdem i dokręć używając dwóch podkładek (36), dwóch śrub (35) i dwóch nakrętek (34).
- ✓ Połącz przedni stabilizator (6) wraz z zaślepkami (28) z przyspawanym do ramy głównej (1) gniazdem i dokręć używając dwóch podkładek (36), dwóch śrub (35) i dwóch nakrętek (34).
- ✓ Przymocuj oba pedały (R&L) do obudowy. Pedał oznaczony „R” (20) przymocuj ze strony prawej, a pedał oznaczony „L” (21) z lewej.
- ✓ UWAGA: Pedał prawy „R” zostać dokręcony zgodnie z ruchem wskazówek zegara, a pedał lewy „L” przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
- ✓ Do obu pedałów przymocuj paski i dostosuj je do rozmiaru swojej stopy korzystając z czterech umieszczonych w nich otworów.



KROK 2

- ✓ Usuń z ramy głównej (1) wcześniej zamontowane 4 śruby (24) i 4 podkładki (37).
- ✓ Połącz przewód czujnika części środkowej (59) z przewodem części dolnej (26). Połącz przewody oporu (7) i (54). (rys.A-B)
- ✓ Wsuń słup kierownicy (3) w otwór w ramie głównej (1) i przykręć korzystając z czterech śrub (24) i czterech podkładek (37). Na początku nie dokręcaj ich zbyt mocno. Zrobisz to po złożeniu urządzenia.
- ✓ Usuń z tyłu siodełka (27) wcześniej zamontowane nylonowe nakrętki. Umieść siodełko (27) na szczycie słupa siodełka i przymocuj nakrętką (42) i podkładką (38).
- ✓ Połącz słup siodełka (25) z ramą główną (1) i dokręć gałką (8). Ustaw odpowiadającą ci wysokość siodełka wybierając odpowiedni otwór w słupku.

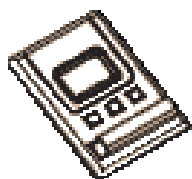
UWAGA: Podczas ustalania wysokości siodełka, nie wyciągaj słupka powyżej ostrzegawczej linii z napisem „MAX” .



KROK 3

- ✓ Przeciągnij przewód pomiaru pulsu (53) przez otwór w słupie kierownicy.
- ✓ Umieść kierownicę (2) na szczycie słupa kierownicy (3) i przymocuj korzystając ze śrub (24) i podkładek (37).
- ✓ Usuń wkręcone wcześniej śruby z komputerka (10). Połącz wtyczkę przewodu czujnika części środkowej (59) z gniazdkiem w komputerku (10). Włóż wtyczkę przewodu pulsu do otworu w tyle komputera (10). Umieść komputer na słupie kierownicy (3) i przymocuj korzystając z dwóch śrub (47).

KOMPUTER



FUNKCJE PODSTAWOWE:

MODE: Umożliwia wybór interesującej nas funkcji.

SET (JEŚLI MA) : Pozwala ustawić wartości czasu, odległości i kalorii, monitor nie może znajdować się w trybie skanowania.

RESET/CLEAR (JEŚLI MA): Naciśnięcie klawisza powoduje zresetowanie wartości do zera.

FUNKCJE:

CZAS (TIME) : Całkowity czas będzie wyświetlany od rozpoczęcia ćwiczenia

2. PRĘDKOŚĆ (SPEED): Pokazuje aktualną prędkość.

3. DYSTANS (DISTANCE): Wyświetlacz pokaże dystans pokonany podczas poszczególnej sesji treningowej.

4. KALORIE (CALORIE): Wyświetlacz pokaże ilość spalonych kalorii od momentu rozpoczęcia ćwiczenia.

5. ODOMETER (JEŚLI MA): Automatycznie gromadzi dystans poszczególnej sesji treningowej od momentu rozpoczęcia ćwiczeń.

6. RPM(JEŚLI MA): Liczba obrotów na minutę.

7. PULS (PULSE) (JEŚLI MA): Poprzez czujnik tętna, następuje pomiar liczby uderzeń na minutę.

8. SKAN (SCAN): Zmiana funkcji następuje co 4 sekundy, zgodnie z poniższym schematem.

TIME---SPEED---DISTANCE---CALORIE---ODOMETER (JEŚLI MA) ---RPM (JEŚLI MA)---PULSE (JEŚLI MA) ---SCAN

UWAGA:

Wyświetlacz LCD zostanie automatycznie wyłączony w przypadku braku jakiegokolwiek czynności w czasie 4-5 minut.

Gdy sprzęt zostanie podłączony, monitor włączy się automatycznie.

W sytuacji, gdy obraz na monitorze będzie niewyraźny lub nieczytelny - należy wymienić obie baterie w tym samym czasie.

Prosimy włożyć baterie zgodnie z oznaczeniem: + i – znajdującym się na komorze baterii.

Jeśli oznaczenie jest nieprawidłowe, należy skorzystać z metalowych przewodników metalu w biegunie dodatnim i ujemnym.

(Uwaga: Podczas wymiany baterii zabrania się przyciskania guzików).

INSTRUKCJA TRENINGU

Usiądź na siodełku, 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.

ŚRODKI BEZPECZEŃSTWA

Przed użyciem sprzętu zawsze należy zapoznać się z instrukcją.

Upewnij się, że rowerek RM-211 nie jest używany przez dzieci bez nadzoru dorosłych.

Podczas treningu na urządzeniu nie wolno pić napojów alkoholowych.

Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby (w tym dzieci) ze stwierdzonymi chorobami fizycznymi lub umysłowymi albo osoby o niedostatecznym doświadczeniu i wiedzy - jeśli urządzenie nie jest używane pod nadzorem osoby odpowiedzialnej za ich bezpieczeństwo lub osoby poinformowanej o wykorzystaniu tego urządzenia. Dzieci powinny być kontrolowane, aby nie bawiły się urządzeniem.

Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.





Importer: AKO SPORT Sp. z o.o.
ul. Świętokrzyska 30/63
00-116 Warszawa

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:

Kod EAN:

Data sprzedaży:

.....

(Pieczętka i podpis sprzedawcy)

WARUNKI GWARANCJI

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 12-stu miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętką 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,

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

Nr	OPIS	Ilość	Nr	OPIS	Ilość	Nr	OPIS	Ilość	Nr	OPIS	Ilość
1	Rama główna	1	33	Nakrętka	1	17	Podkładka	1	49	Zaślepka	2
2	Kierownica	1	34	Nakrętka	4	18	Nakrętka	1	50	Plankowy uchwyt	2
3	Śrup kierownicy	1	35	Śruba	4	19	Rollka	1	51	Śruba czujnika pulsu	2
4	Tylny stabilizator	1	36	Podkładka	4	20	Prawy pedał	1	52	Śruba	1
5	Koła zamałowe	1	37	Podkładka	6	21	Lewy pedał	1	53	Czujnik pomiaru pulsu	2
6	Przedni stabilizator	1	38	Podkładka	6	22	Tulejka	2	54	Przewód oporu	1
7	Przewód oporu	1	39	Śruba	1	23	Łożysko kulkowe	2	55	Podkładka	1
8	Pokrętło	1	40	Śruba osłony łańcucha	4	24	Śruba M8x15	6	56	Podkładka	1
9	Pas	1	41	Śruba osłony łańcucha	4	25	Śrup siodełka	1	57	Śruba	1
10	Komputer	1	42	Nylonowa nakrętka M8	4	26	Przewód czujnika (część odłna)	1	58	Podkładka	1
11	Wspornik magnetyczny	1	43	Śruba	1	27	Siodełko	1	59	Przewód czujnika (część środkowa)	1
12	Puchar	1	44	Wspornik koła dociskowego	1	28	Zaślepka (przód)	2	60	Ostona korby	2
13	Ostona łańcucha	2	45	Łożysko	2	29	Zaślepka (tył)	2	61	Regulator napięcia	1
14	Sprężyna	1	46	Podkładka	1	30	Ośka	1	62		
15	Śruba czujnika	2	47	Śruba komputera	2	31	Łożysko	2	68		
16	Nakrętka	1	48	Nakrętka	1	32	Obciążacz	1	69		