

BHFITNESS



Návod k obsluze

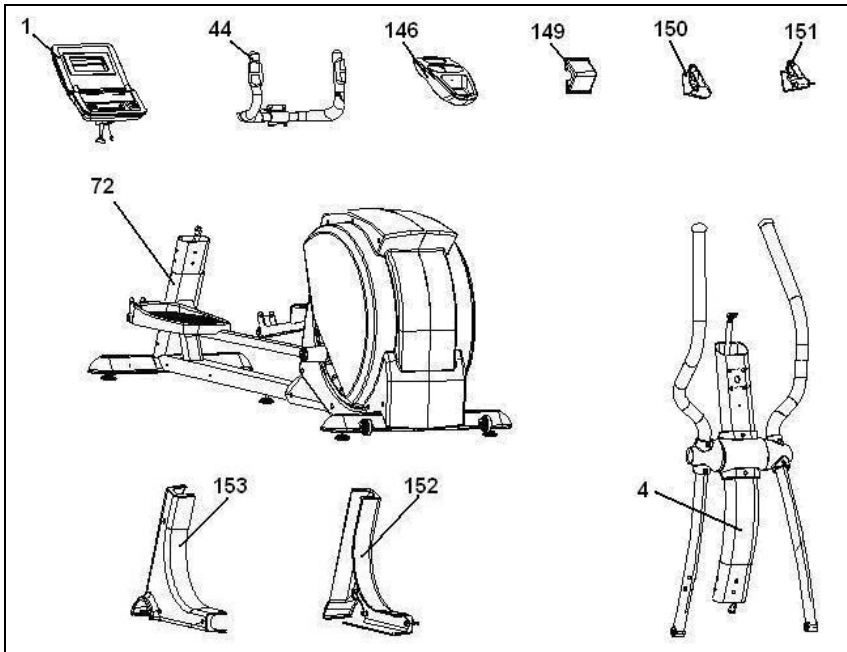
G260



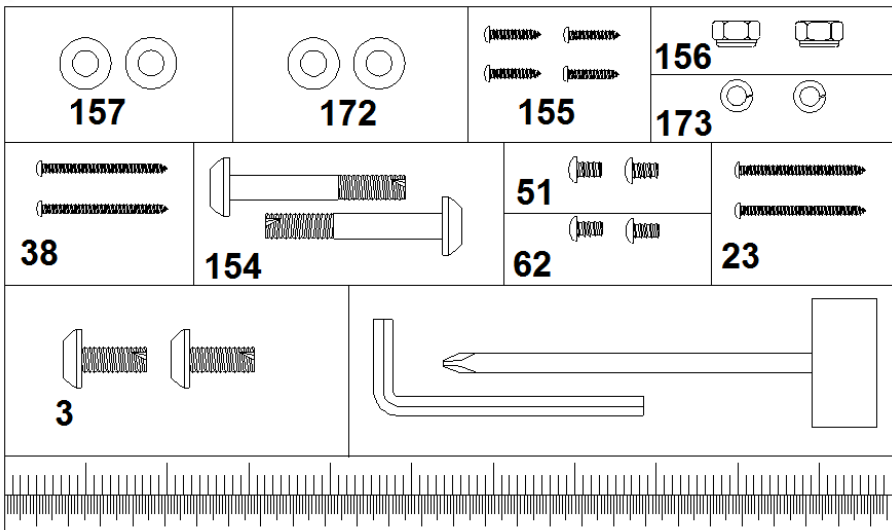
Elptický treňačér BH Fitness KRONOS GENERATOR

Návod k obsluze

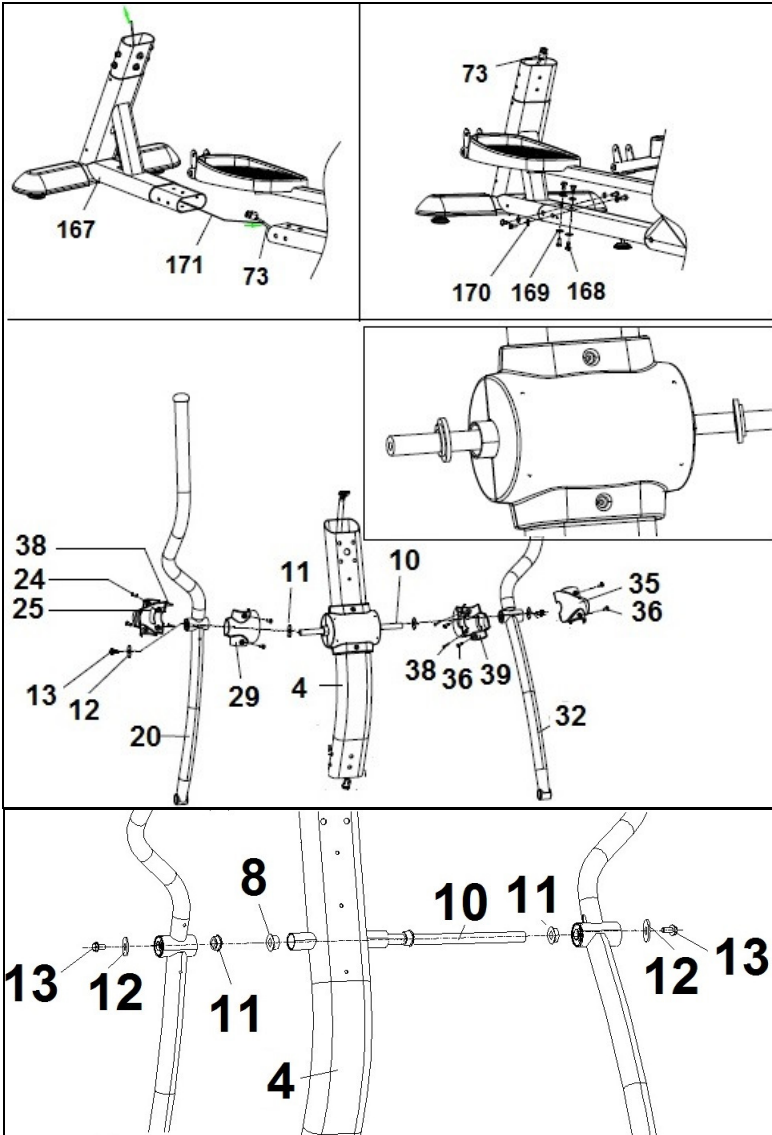
Obr.1



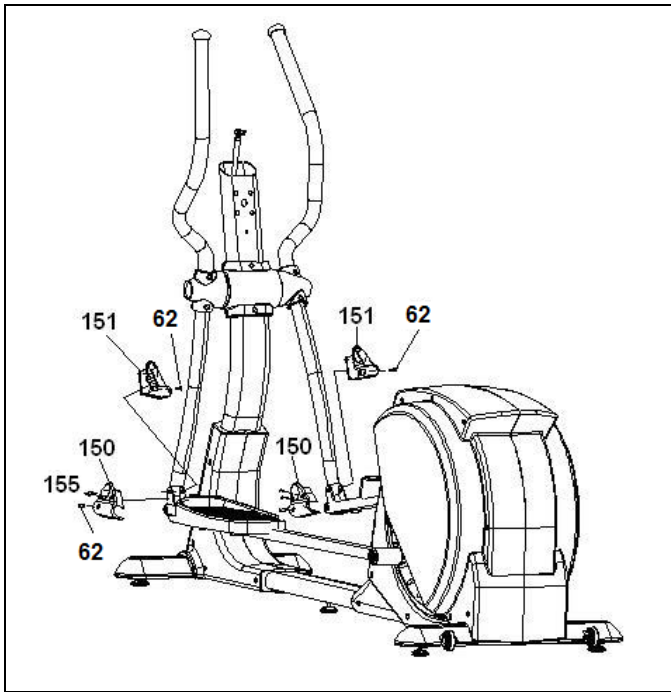
Obr.2



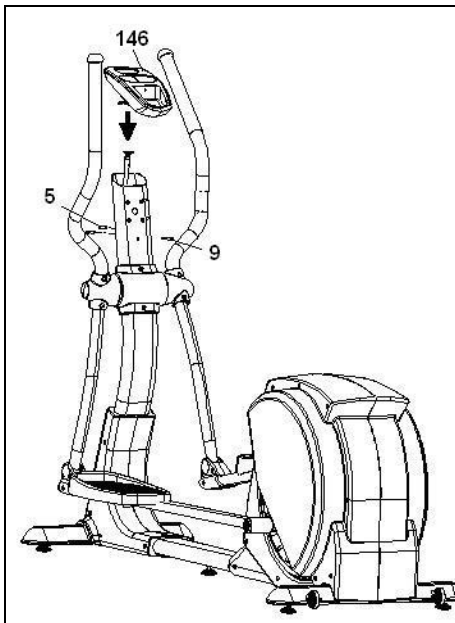
Obr.3A



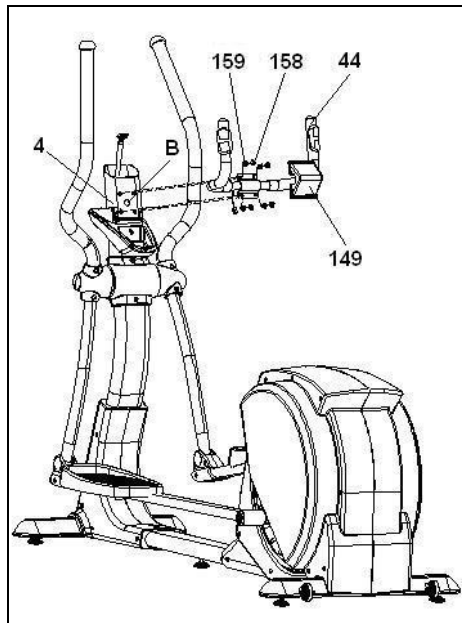
Obr.5



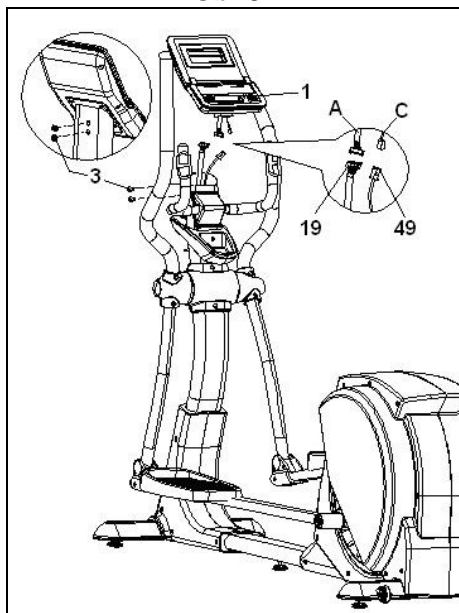
Obr.6



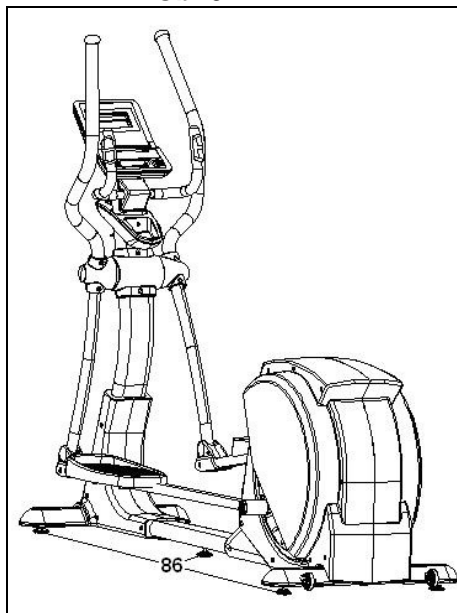
Obr.7



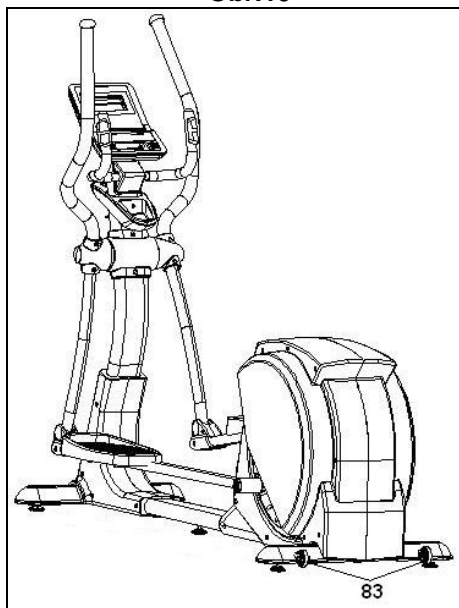
Obr.8



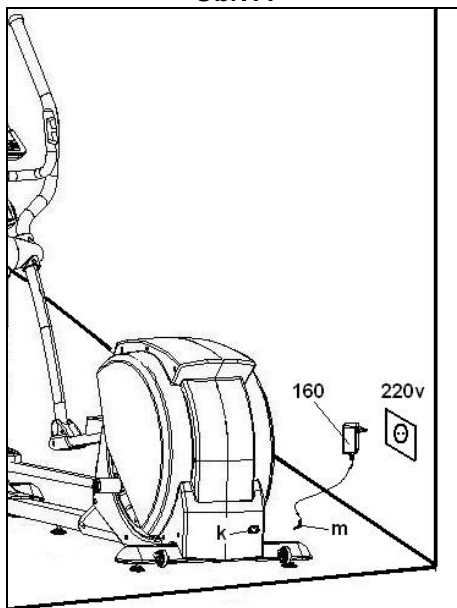
Obr.9



Obr.10



Obr.11



BEZPEČNOSTNÍ INSTRUKCE

Předtím, než začnete cvičit, se poradte se svým lékařem. Doporučujeme, abyste podstoupil kompletní celkovou lékařskou prohlídku. Vždy cvičte tak, abyste se nepřetěžovali. Pokud při cvičení cítíte jakoukoli bolest nebo nepohodlí, ihned přestaňte cvičit a opět kontaktujte svého lékaře. Stroj používejte na pevném a rovném povrchu, doporučujeme pořídit ochranu podlahy nebo koberce. V zájmu vaší bezpečnosti musí mít stroj kolem sebe dostatek místa. Ideálně nejméně 0,5 metru kolem dokola. Nikdy nedovolte dětem, aby si hráli v blízkosti stroje nebo dokonce přímo se strojem. Nestrkejte ruce do pohyblivých částí stroje. Před cvičením vždy eliptical zkontrolujte, ujistěte se, že všechny části jsou správně připojeny a že matice, šrouby, pedály a tyče byly a jsou správně utaženy. Cvičte ve vhodném oblečení a obuvi. Nenoste volný oděv. Nenoste obuv s vysokými podpatky. Tento stroj byl testován a odpovídá normě EN957. Je vhodný pro poloprofesionální používání.

DŮLEŽITÉ:

Před montáží si pečlivě přečtěte pokyny. Vyjměte všechny části stroje z obalu a zkontrolujte je. Ujistěte se, že nic nechybí. Krabici nevyhazujte, dokud nebude stroj sestavený.

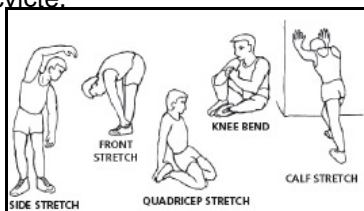
Eliptical používejte vždy jen pro ten účel, ke kterému byl určen. Pokud během montáže narazíte na jakoukoli vadnou část, nebo pokud během cvičení uslyšíte podivný zvuk, necvičte. Stroj nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen.

POKYNY PRO CVIČENÍ

Cvičení na elipticalu nabízí různé výhody; zlepší vaši kondici, funkčnost svalů a pokud budete ke cvičení i dodržovat dietu, pomůže vám zhubnout.

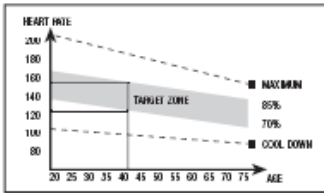
1. Zahřátí

V této fázi připravíte své svaly pro zátěž. Díky tomu snížíte riziko křečí a výronů. Doporučujeme provést protažení viz. obrázek níže. Každý cvik by měl trvat min. 30 sekund, nepřetěžujte se. Pokud cítíte bolest, necvičte.



2. Cvičení

V této fázi vás čeká největší fyzická námaha. Pokud budete cvičit pravidelně, budou vaše svaly na nohou mnohem pružnější. Je důležité udržovat konstantní rychlost. Rytmus cvičení by měl být tak dostatečně rychlý, aby se vaše tepová frekvence dostala do cílové oblasti, jak znázorňuje graf:



Tato fáze by měla trvat alespoň 12 minut. Pro začátek se doporučuje, aby většina lidí cvičila 10-15 minut.

3. Zklidnění

V této fázi relaxuje váš kardiovaskulární a svalový systém. V této fázi snížíte rychlost a cvičíte dále po dobu 5 minut. Pak se znovu protáhnete, ale nebudete nadměrně zatěžovat svaly. Časem se bude vaše kondice zlepšovat a vaše tréninky se prodlouží a zintenzivní. Doporučujeme cvičit nejméně 3 dny v týdnu.

Rýsování svalů

Pokud chcete rýsovat svaly, měli byste zvolit vyšší úroveň pro větší námahu. Díky tomu budou vaše nohy více a intenzivněji pracovat. Protože je trénink intenzivnější, může být i kratší. Pokud k tomu chcete ještě zlepšit svou kondici, upravte svůj tréninkový program. zahřátí a zklidnění provádějte jako obvykle, ale jakmile se budete blížit ke konci cvičení, zvyšte na chvíli úroveň, aby vaše nohy začaly pracovat tvrději. Zároveň snižte rychlost a udržujte svůj tep v cílové oblasti.

Hubnutí

Pokud chcete hubnout, je velice důležité vynaložit velké úsilí. Čím intenzivnější a delší je trénink, tím více kalorií spálíte.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pečlivě si přečtete pokyny obsažené v tomto návodu. Návod poskytuje důležité informace o montáži, bezpečnosti a používání stroje.

- 1 Stroj je navržen pro používání v domácnosti. Max.hmotnost uživatele 130kg.
- 2 Nestrkejte ruce do pohyblivých částí stroje.
- 3 Rodiče by měli mít své děti neustále pod kontrolou. Nedovolte jim, aby si se strojem hráli a nebo aby si hráli v jeho blízkosti.
- 4 Majitel stroje odpovídá za to, že všechny osoby, které na stroji cvičí, jsou poučeni a informováni o nezbytných bezpečnostních opatření.
- 5 Na stroji může cvičit vždy jen jedna osoba.
- 6 Používejte oděv vhodný na cvičení, u obuvi mějte vždy správně uvázané tkaničky.

INSTRUKCE K MONTÁŽI

1. Vyndejte stroj z krabice a ujistěte se, že nic nechybí.

POZOR: Doporučujeme, aby montáž prováděli dvě osoby.

Obr.1 Seznam dílů

- (1) Monitor.
- (4) Hlavní sloupek
- (44) Sloupek řidiček.
- (72) Hlavní tělo.
- (146) Držák na láhev.
- (149) Kryt konzole.
- (150) Kryt levé lišty (L).
- (151) Kryt pravé lišty (R).
- (152) Kryt pravé části hl. sloupku (R).
- (153) Kryt levé části hl. sloupku (L).

Obr.2 Šrouby a upevnění

- (3) Šrouby M8x16
 - (23) Šrouby M4x40
 - (38) Šrouby M4x40
 - (51) Šrouby M5x10
 - (62) Šrouby M5x10
 - (154) Imb. Šrouby M8x55.
 - (155) Šrouby M3x13.
 - (156) Samojistná matice M8.
 - (157) Podložky M8 Ø 16.
 - (172) Podložky M8 Ø 16.
 - (173) Pružné podložky D8
- Kombinovaný klíč.
Imbusový šroub.

2. MONTÁŽ HLAVNÍHO SLOUPKU.-

Vložte levou část madla (20) na osu (10), Obr.3A, poté nasadte pravou část madla (32) na osu. Namontujte šrouby (13) a ploché podložky (12) a pevně utáhněte.

Vezměte kryty (35) (39), a umstíte je na konec osy s madly na pravé straně tak, jak je vidět na obr. 3A. Nyní k jejich upevnění použijte šrouby (36) (38) a pevně je utáhněte. Stejný postup proveďte na druhém madlu, a to u krytů (25) (29), které jsou označeny písmenem "L".

Ujistěte se, že pouzdra (11) jsou ve správné poloze, viz. obr. 3A.

Protáhněte kabel (73) hlavním sloupkem (167) pomocí vodička (171). Přibližte hlavní sloupek (167) až k výstupku na hlavní části stroje (72) ve směru šipky, obr.3A, a dávejte pozor, aby nedošlo k zachycení žádného z kabelů. Zašroubujte šrouby (168) společně s podložkami (169) a podložkami (170) a vše pevně utáhněte.

Vezměte hlavní sloupek (4) a odstraňte šrouby (15), podložky (16) a pružné podložky (17) ze spodní části sloupku - viz. obr. 3B. Dále přibližte sloupek (4) až k výčnělku (D) na hlavním těle (72), obr. 3B a propojte všechny kabely (73) a (19), obr. 3B. Nasuňte hlavní sloupek (4) přes výstupe (D) na hlavním těle (72) a to ve směru šipky, viz. obr. 3B. Dbejte na to, aby nedošlo ke skřípnutí kabelů.

Namontujte zpět šrouby (15), podložky (16) a pružné podložky (17), které jste v prvním kroku odstranili.

POZOR: Po měsíci používání stroje doporučujeme, abyste všechny šrouby opět dotáhly.

3. MONTÁŽ NÁŠLAPŮ.-

Vezměte levý nášlap (50) a umístěte jej na "U" ve spodní části horního řidička (20), obr.4.

Vložte šrouby (154), jako na obr.4A, podložky (157), pružné podložky (173) a samojistnou matici (156), vše pevně utáhněte.

Vezměte pravý nášlap (61) a proveďte stejný postup jako u levého.

4. MONTÁŽ KRYTŮ NA NÁŠLAPY.-

Vezměte kryty (150 a 151), které jsou označeny písmenem "R" a umístěte je na konec nášlapů tak, jak je vidět na obr. 5.

Pak je připevněte šrouby (155) (62). Stejný postup proveďte s kryty (150 a 151), které jsou na vnitřní straně označeny písmenem "L". Dále uvolněte šrouby (5 a 9) u hlavního sloupku (4), a umístěte držák na láhev (72) ve směru šipky. Držák připevněte pomocí dříve odstraněných šroubů (5 a 9).

5. MONTÁŽ ŘIDÍTEK.-

Držte řídítka (44) až u dřívku (4), obr. 7, zasuňte lanko rukojeti (49) dovnitř tak, jak je to vidět na obr.7 a vytáhněte jej přes horní část řidítek. Vložte šrouby (158), podložku (159) a připojte kryt (149).

6. MONTÁŽ MONITORU.-

Přidržte monitor (1) u sloupku řidítek (4) obr.7, propojte dva kabely (19/49) které vycházejí ze sloupku (4) a monitoru (1) obr.8.

Vložte monitor (1) na řídítka (4) tak, jak je vidět na obr. 8. Dbejte na to, aby nedošlo k zachycení kabelů. Namontujte šrouby (3) spolu s plochými podložkami a vše bezpečně utáhněte.

VYROVNÁNÍ

Jakmile je stroj smontován, ujistěte se, že je na podlaze ve vodorovné poloze. Vyrovnat ho můžete pomocí vyrovnávačů (86), dle obr. 9.

POHYB A SKLADOVÁNÍ

Eliptical je vybaven kolečky (83), viz obr.10, které usnadňují pohyb stroje. Díky dvěma kolečkům můžete strojem hýbat pouhým mírným nadzvednutím zadní části stroje.

Jednotku skladujte na suchém místě, a nevystavujte ji výkyvům teplot.

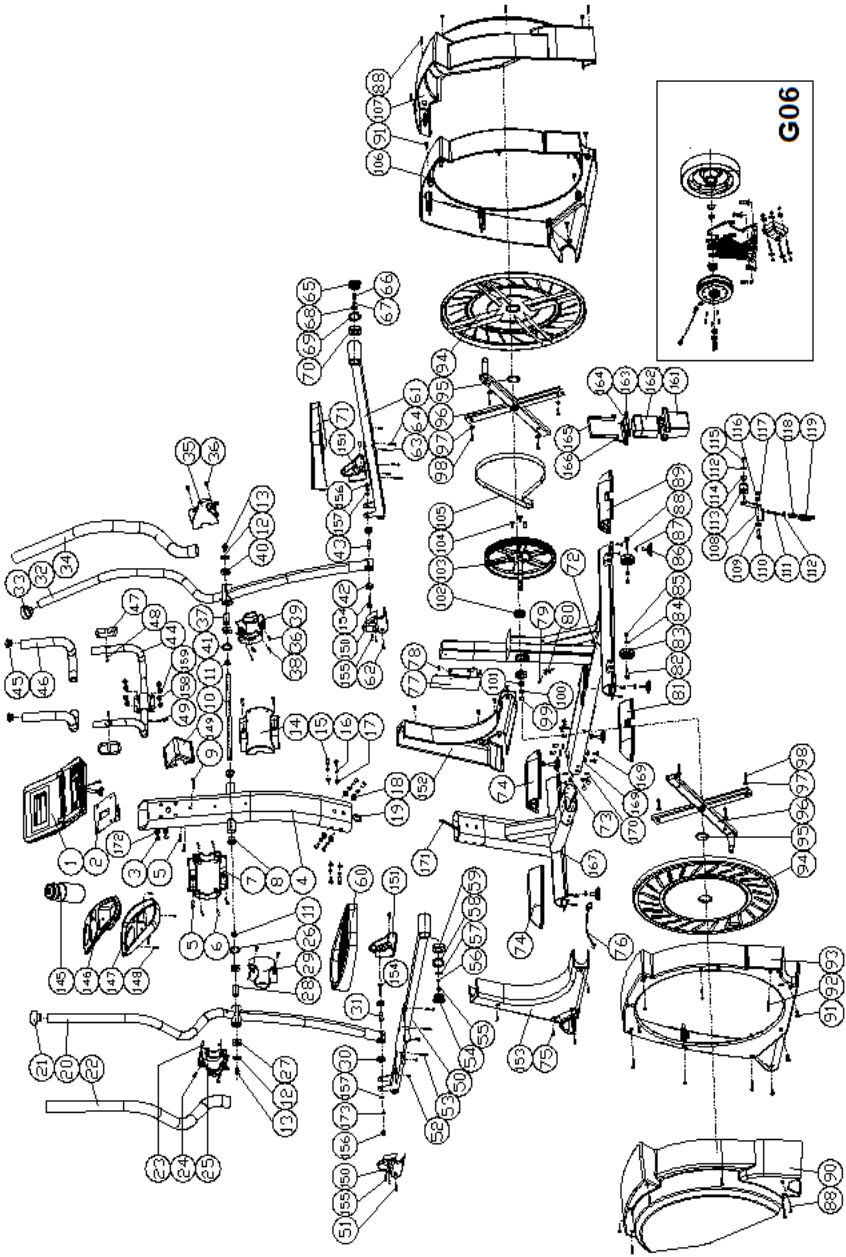
PŘIPOJENÍ

Vložte jack z adaptéru (160) do zadní části hlavního rámu (umístěna ve spodní zadní části stroje) a poté zapojte adaptér (160) do síťového napájení, které má 230 V, obr.11.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte kontaktovat váš zákaznický servis (uveden na zadní straně tohoto návodu).

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

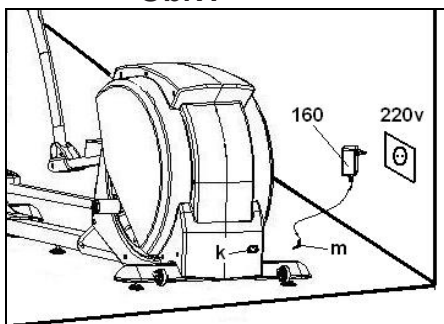
G260



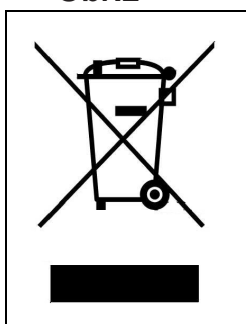


POČÍTAČ

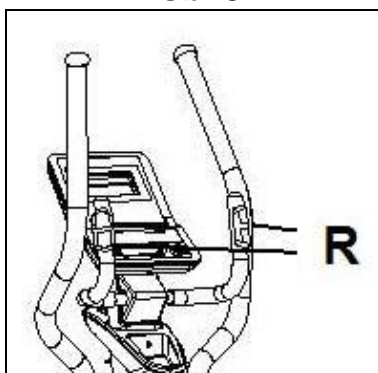
Obr.1



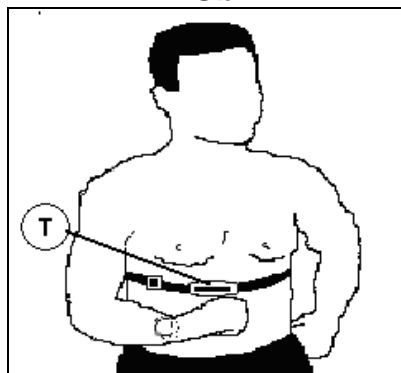
Obr.2



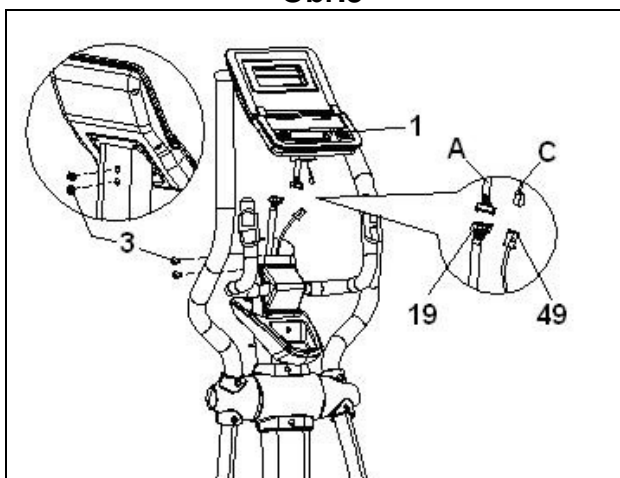
Obr.3



Obr.4



Obr.5



ELEKTRONICKÝ MONITOR.- HLAVNÍ PŘIPOJENÍ.

Zasuňte konektor (m) transformátoru do otvoru (k) na hlavním těle stroje (spodní, zadní část stroje) a poté zapojte transformátor do zásuvky o síle 220V, viz. obr. 1.

Poznámka: Transformátor je důležitý pro nabíjení baterie, která zajistí fungování stroje i když necvičíte.

Pro větší kontrolu nad tréninkem poskytuje tato jednotka odečty rychlosti, vzdálenosti, doby cvičení, wattů, spálených kalorií a tepové frekvence.

Pokud kdykoli během cvičení stisknete tlačítko START/STOP, všechny funkce počítače se zastaví. Opětovným stisknutím tlačítka START/STOP restartujete stroj. Pokud je stroj nečinný déle než 90 vteřin, monitor se sám vypne.

Důležité: Pokud některé elektronické součástky přestanou sloužit, recyklujte je, viz. obr.2.

FUNKCE POČÍTAČE

Tento počítač má sedm funkčních tlačítek RECOVERY, START/STOP; RESET, ENTER; UP▲; DOWN▼; QUICKSTART. Ve středu obrazovky se současně zobrazuje vybraná úroveň programu a pět dalších oken: SPEED/RPM (rychlost, otáčky); TIME (čas); DISTANCE (vzdálenost); WATTS/CALORIES (watt/kalorie) a PULSE RATE (tepová frekvence).

Má 1 manuální program, 12 přednastavených programů, 4 uživatelské programy (U1-U4), 4 programy řízené tepovou frekvencí a 1 watt program.

Při zastavení počítače nebo při cvičení se střídavě v okně zobrazují informace SPEED/RPM a WATT/ CAL, a to každá vždy po dobu 5 vteřin.

ZMĚNA PRACOVNÍHO REŽIMU.-

Tento počítač vám umožní cvičit ve 4 různých režimech: Manuál, Program, Uživatel a Tep (TARGET HR). Chcete-li přejít z jednoho režimu do druhého, stiskněte tlačítko START/STOP a zastavte počítač, pak stiskněte RESET a pomocí tlačítek▲/▼ vyberte požadovaný režim. Tlačítkem MODE volbu potvrdíte.

UŽIVATEL U1-U4.-

Objeví se symbol pro muže/ženu. Pohlaví vyberete pomocí tlačítek ▼▲ a volbu potvrdíte stisknutím MODE. Dále pomocí tlačítek ▼▲ zadejte váš věk (rozmezí 1 až 99) a opět potvrdíte, dále zadejte výšku pomocí ▼▲ (rozmezí 100 až 200 cm) a potvrdíte MODE. Nakonec zadejte vaši váhu pomocí tlačítek ▼▲ (rozmezí 20 až 150kg) a opět hodnotu potvrdíte stisknutím tlačítka MODE.

MANUÁLNÍ REŽIM.-

Po zadání všech osobních údajů začnou blikat různé programy na monitoru - USER, MANUAL, PROGRAM a HRC. Stisknutím kláves ▲/▼ vyberte funkci MANUAL a potvrdíte MODE. Stisknutím tlačítka START/STOP

začnete cvičit. Pomocí kláves ▲/▼ můžete zvyšovat nebo snižovat námahu. K dispozici je 32 úrovní odporu. Pokud na úvodní obrazovce stisknete START/STOP, začnete cvičit rovnou.

Nastavení časového limitu

Pokud po výběru manuálního režimu stisknete tlačítko MODE, začne blikat okno "TIME". Stisknutím tlačítek UP▲/DOWN▼ si můžete nastavit čas cvičení (mezi 5-99 minutami). Po nastavení času opět stisknete START/STOP a cvičení spustíte. V okně "TIME" se začne čas odpočítávat. Jakmile dosáhne nuly, stroj několikrát pípne, aby vás upozornil, že jste dosáhli nastavené hodnoty.

Nastavení vzdálenosti

Pokud po výběru manuálního režimu stisknete tlačítko ENTER, začne blikat okno "DISTANCE". Stisknutím tlačítek UP▲/DOWN▼ si můžete nastavit vzdálenost pro cvičení (mezi 1-99 km). Po nastavení vzdálenosti opět stisknete START/STOP a cvičení spustíte. V okně "distance" se začne vzdálenost zkracovat. Jakmile budou hodnoty na nule, stroj několikrát pípne, aby vás upozornil, že jste dosáhli nastavené hodnoty.

Nastavení spálených kalorií.-

Pro nastavení třikrát stisknete tlačítko MODE, dokud na displeji nezačnou blikat kalorie. Pomocí kláves ▲/▼ nastavte počet spálených kalorií (rozmezí 10-990 Cal.). Poté stisknete START/STOP a začnete cvičit. Kalorie se začnou odpočítávat, dokud hodnota nedosáhne nuly a monitor několikrát nezapípá. Tím vás upozorní

že jste dosáhli stanovené hodnoty.

WATT PROGRAM.-

Pokud po výběru manuálního programu stisknete čtyřikrát klávesu MODE, začne blikat okno pro WATT.

Stisknutím ▲/▼ můžete naprogramovat počet wattů pro cvičení (mezi 10-350 Watt.).

Úroveň námahy pro cvičení se nastavuje na základě zvolené rychlosti a počtu wattů. Při tréninku vám pomáhají tři symboly:

▲ – Toto znamená, že rychlost je příliš vysoká a vy byste měli zpomalit.

▼ – Toto znamená, že rychlost je příliš nízká a měli byste zrychlit.

----- To znamená, že produkované wattly jsou mimo pracovní limit (buď příliš vysoký nebo příliš nízký), takže byste měli odpovídajícím způsobem zrychlit nebo zpomalit. Tento symbol doprovází pípání monitoru. Pokud se situace do tří minut nezmění, monitor vydá šest pípnutí a poté se sám vypne a vynuluje.

PROGRAMY ŘÍZENÉ SRDEČNÍ FREKVENCÍ.-

Pokud pětikrát stisknete tlačítko MODE, začne blikat v okně PULSE. Pomocí kláves ▲/▼ nastavte srdeční frekvenci (rozmezí 30-230bpm). Následně stisknete START/STOP a začnete cvičit. Pokud je srdeční frekvence stejná nebo vyšší než cílová hodnota, monitor několikrát zapípá, aby vás varoval, že je potřeba šlapat pomaleji nebo snížit úroveň námahy.

PŘEDNASTAVENÉ PROGRAMY.-

Po zadání všech osobních údajů začnou na monitoru blikat všechny programy: USER, MANUAL, PROGRAM a HRC. Stisknutím ▲/▼ vyberte možnost PROGRAM a potvrďte MODE. Stisknutím ▲/▼ vyberte graf (1-12), který chcete cvičit a potvrďte MODE. Stisknutím ▲/▼ si zvolíte úroveň. Tlačítka START/STOP začnete cvičit.

Chcete-li si nastavit čas, vzdálenost, kalorie nebo tepovou frekvenci, proveďte následující postup: po výběru programu a před stisknutím tlačítka START/STOP, naprogramujte čas pomocí tlačítek ▲/▼. V tomto případě bude čas rozdělen do 16 etap. Stisknutím tlačítka MODE naprogramujete vzdálenost. Opětovným stisknutím tohoto tlačítka naprogramujete kalorie. Posledním stisknutím tohoto tlačítka nastavíte tepovou frekvenci. Cvičení zahájíte stisknutím START/STOP.

UŽIVATELSKÝ PROGRAM.-

Po zadání všech osobních údajů začnou na monitoru blikat všechny programy: USER, MANUAL, PROGRAM a HRC. Stisknutím ▲/▼ vyberte možnost USER a potvrďte MODE.

První sloupek začne blikat. Vyberte požadovanou úroveň pomocí tlačítek ▲/▼ a poté stiskněte tlačítko MODE. Tento postup opakujte pro naprogramování všech šestnácti fází programu. Stisknutím a podržením tlačítka MODE opustíte nastavení.

Cvičení zahájíte START/STOP. Chcete-li si nastavit čas, vzdálenost, kalorie nebo tep, proveďte následující postup: po výběru programu a před stisknutím tlačítka START/STOP, naprogramujte čas pomocí tlačítek ▲/▼. Stisknutím tlačítka MODE naprogramujete vzdálenost, dalším stisknutím kalorie a posledním stisknutím tohoto tlačítka nastavíte tepovou frekvenci.

PROGRAMY ŘÍZENÉ TEPOVOU FREKVENČÍ.-

Po zadání všech osobních údajů začnou na monitoru blikat všechny programy: USER, MANUAL, PROGRAM a HRC. Stisknutím ▲/▼ vyberte možnost HRC a potvrďte. Vyberte cílovou frekvenci pro cvičení pomocí kláves ▲/▼, a to jednu z možností (55%, 75% 90% nebo THR) a volbu potvrďte. První tři možnosti představují procento maximální srdeční frekvence. Pokud zvolíte jednu z možností, na displeji ve spodní části se vám vypočítá hodnota tepové frekvence. Pokud zvolíte možnost THR, můžete si pomocí kláves ▲/▼ nastavit požadovanou srdeční frekvenci, kterou následně potvrďte stisknutím MODE. Cvičení zahájíte stisknutím START/STOP. Úroveň námahy se bude upravovat podle tepové frekvence. Pokud je tepová frekvence pod cílovou hodnotou, námaha se každých 30 vteřin zvýší, a to až do maximální hodnoty 32.

Pokud je tepová frekvence nad cílovou hodnotou, monitor vydá varovné pípnutí a sníží nastavení námahy o jednu úroveň, a to každých 15 vteřin, dokud nedosáhne minima 1. Pokud tepová frekvence stále zůstává nad cílovou hodnotou a to po delší dobu, než 30 vteřin, monitor pípne a zastaví se, aby vás ochránil.

Chcete-li si nastavit čas, vzdálenost, kalorie nebo tep, proveďte následující postup: po výběru programu a před stisknutím tlačítka START/STOP, naprogramujte čas pomocí tlačítek ▲/▼. Stisknutím tlačítka MODE naprogramujete vzdálenost, dalším stisknutím kalorie a posledním stisknutím tohoto tlačítka nastavíte tepovou frekvenci.

U tohoto cvičení musíte mít ruce na tepových senzorech.

SENZORY TEPOVÉ FREKVENCE

U tohoto stroje je možné měřit tepovou frekvenci tak, že obě ruce položíte na senzory (R), které jsou umístěny na madlech - znázorněno na obr. 3. Když jsou obě ruce položeny na senzorech, začne blikat na monitoru symbol srdce, který je umístěn na pravé straně obrazovky a po několika sekundách se zobrazí informace o srdeční frekvenci. Pokud nejsou ruce umístěny správně, nebude se puls zobrazovat. Pokud se na obrazovce objeví "P" nebo neblíká symbol srdce, ujistěte se, že máte opravdu obě ruce položeny na senzorech a že jsou kabely správně připojeny.

TELEMETRICKÉ MĚŘENÍ

Monitor také umí přijímat signál z hrudního pásu. Ten není součástí stroje.

Měření tepové frekvence přes hrudní pás má vždy přednost před měřením tepové frekvence pomocí senzorů.

PROGRAM PRO MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE.-

Tento program je navržen tak, aby vypočítal procento tělesného tuku uživatele a poté vytvořil jeho konkrétní profil. Stiskněte tlačítko BODYFAT a položte obě ruce na pulzní senzory (R) tak, jak je vidět na obr. 3. Vybraný uživatel (U1 - U4) bude po dobu 2 sekund blikat a na displeji se zobrazí "--". Po několika vteřinách se na spodní části obrazovky objeví vaše procento tělesného tuku, BMI (Body Mass Index).

Pokud se zobrazí chybový kód E1 znamená to, že došlo k chybě a ruce nejsou správně umístěny na tepových senzorech (R), viz. obr. 3.

"E-2" znamená, že jsou data mimo rozsah. Opětovným stisknutím tlačítka BODYFAT funkci ukončíte.

REFERENČNÍ TABULKA: PROCENTO TĚLESNÉHO TUKU %

SEX / FAT%	LOW	LOW AVERAGE	AVERAGE	HIGH
MALE	< 13%	13%-25,8%	26%-30%	>30%
FEMALE	<23%	23%-35,8%	36%-40%	>40%

REFERENČNÍ TABULKA: BMI

THIN=	NORMAL+	SLIGHTLY OVERWEIGHT	OVER WEIGHT
<18,5	=18,5~24,9	=25~30	>30

MĚŘENÍ KONDICE

Tento eliptical je vybaven funkcí RECOVERY. Tato funkce vám nabízí možnost změřit, jak dlouho bude trvat, než se vaše tepová frekvence po zátěži vrátí do klidové fáze po dokončení cvičení. Jakmile docvičíte, nechte ruce na senzorech pro měření tepové frekvence (R) a stiskněte tlačítko «TEST». Následně se začne odpočítávat čas. Na monitoru zůstanou zobrazovány pouze hodnoty čas a tepová frekvence. Zařízení změří vaši tepovou frekvenci během jedné minuty. Doba, která je potřeba pro vrácení tepové frekvence do klidové fáze, se vám zobrazí na řádku pro tepovou frekvenci. Pokud se během této doby rozhodnete program ukončit, klikněte znovu na tlačítko "TEST" a dostanete se zpět na hlavní obrazovku. Jakmile čas vyprší, zařízení vyhodnotí vaši kondici a hodnocení zobrazí na monitoru «F1, F2,..., F5, F6»; kdy «F1» je nejlepší (fitness «excelentní») a «F6» nejhorší (fitness «velmi špatné»).

Stisknutím tlačítka TEST se vrátíte zpět na hlavní obrazovku, kde budou funkce ve stejném režimu, jako předtím.

Hodnocení vaší kondice je vodičko, které vám ukáže, jak rychle se vaše srdce zotavuje po námaze. Pokud cvičíte pravidelně, bude se vaše kondice zlepšovat.

TEST nebude fungovat, pokud nemáte obě ruce správně položené na senzorech (R), obr. 3.

Pokud se na obrazovce zobrazí chybový kód "E1", znamená to, že nemáte ruce správně umístěné.

Pokud se objeví kód "E2" znamená to, že není zastavené cvičení.

MONTÁŽ MONITORU.-

Podržte monitor (1) u řídiček (4), viz. obr. 7, propojte kabely (19/49) vycházející z řídiček (4) a monitoru (1), obr. 5.

Vložte monitor (1) na řídička (4) tak, jak je vidět na obr. 5. Upevněte ho šrouby a plochými podložkami. Vše bezpečně utáhněte.

ŘEŠENÍ POTÍŽÍ.-

Problém: Displej se rozsvítí, ale zobrazuje pouze čas.

Řešení:

a.-Ujistěte se, že jsou kabely správně propojeny.

Problém: Monitor se nezapne.

Řešení:

a.- Zkontrolujte, zda je kabel k monitoru správně připojen.

b.-Zkontrolujte, zda jsou správně propojeny kabely v hlavním sloupku.

Nenechávejte monitor na přímém slunečním světle, mohlo by dojít k poškození monitoru, který je z tekutých krystalů. Nevystavujte jej ani nárazům a vodě.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na technickou podporu - viz. poslední strana.

BH SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍ HO UPOZORNĚNÍ.

DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč

IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175

