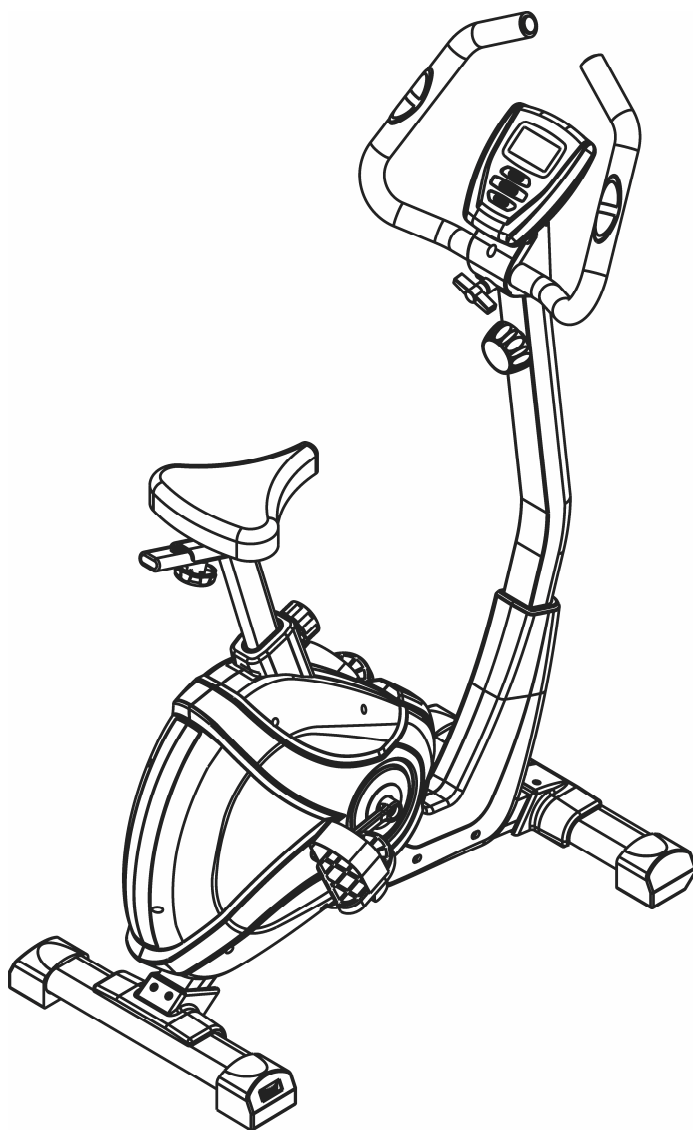


FIVESPORT SP. Z O.O., 31-990 KRAKÓW, ul. Glinik 95 , tel: 126456000

INSTRUKCJA OBSŁUGI ROWERE TRENINGOWY MAGNETYCZNY

ART. NR A1266



- **TYP: MAGNETYCZNY**
- **KOŁO ZAMACHOWE 6KG**
- **POMIAR PULSU W RĘKOJEŚCIACH**
- **8 STOPNIOWA REGULACJA OBCIĄŻENIA**
- **REGULOWANE SIODEŁKO
PIONOWO I POZIOMO**
- **REGULOWANY KĄT NACHYLENIA KIEROWNICY**
- **FUNKCJE WYŚWIETLACZA: SCAN, CZAS,
PRĘDKOŚĆ, DYSTANS CAŁKOWITY**
- **WYMIARY: 88X50X132CM**

Proszę się zapoznać z niniejszą instrukcją i zachować do późniejszego wykorzystania

WAŻNE INFORMACJE BEZPIECZEŃSTWA*

PROSZĘ PRZESTRZEGAĆ ZASAD BEZPIECZEŃSTWA ABY UNIKNĄĆ KONTUZJI LUB WYPADKU

Przed rozpoczęciem użytkowania sprzętu proszę uważnie zapoznać się z instrukcją, oraz zachować ją do późniejszego użycia.

1. NALEŻY ZAPOZNAĆ SIĘ Z INSTRUKCJĄ I ZACHOWAĆ JĄ.
2. URZĄDZENIE JEST PRZEZNACZONE DO UŻYTKU DOMOWEGO.
3. URZĄDZENIE ZALICZANE JEST DO KLASY HC I NIE JEST ODPOWIEDNIE DO CELÓW TERAPEUTYCZNYCH (REHABILITACJI) ORAZ DO UŻYTKU KOMERCYJNEGO.
4. URZĄDZENIE POWINNO BYĆ UŻYWANE W DOBRZE WIETRZONYCH POMIESZCZENIACH.
5. NALEŻY CHRONIĆ URZĄDZENIE PRZED WYSOKĄ TEMPERATURĄ ORAZ WILGOCIĄ.
6. MAKSYMALNA NOŚNOŚĆ URZĄDZENIA WYNOŚI 110 KG.
7. URZĄDZENIE JEST JEDNOOSOBOWE.
8. OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNE POWINNY KORZYSTAĆ Z URZĄDZENIA TYLKO POD NADZOREM OSOBY KOMPETENTNEJ.
9. PRODUCENT, IMPORTER NIE ODPOWIADA ZA ZRANIENIA CZY TEŻ SZKODY SPOWODOWANEJ NIEPOPRAWNYM UŻYCIEM SPRZĘTU.
10. NALEŻY UMIEŚCIĆ URZĄDZENIE NA GŁADKIEJ, TWARDEJ NAWIERZCHNI.
11. USTAWIAJĄC URZĄDZENIE NALEŻY ZAPEWNIĆ DOSTATECZNĄ PRZESTRZEŃ (2 - 3m Z KAŻDEJ STRONY).
12. ODPOWIEDNI POZIOM BEZPIECZEŃSTWA SPRZĘTU MOŻE BYĆ ZACHOWANY TYLKO JEŚLI JEST ON REGULARNIE SPRAWDZANY. ZAWSZE NALEŻY KONTROLOWAĆ STOPIEŃ ZUŻYCIA ORAZ POPRAWNOŚĆ DZIAŁANIA URZĄDZENIA.
13. URZĄDZENIA NALEŻY UŻYWAĆ TYLKO WTEDY, GDY DZIAŁA POPRAWNIE.
14. KAŻDĄ ZUŻYTA, WADLIWĄ CZY ZŁAMANĄ CZĘŚĆ NALEŻY NATYCHMIAST WYMIENIĆ. NIE KORZYSTAĆ Z URZĄDZENIA DO CZASU, AŻ ZOSTANIE NAPRAWIONE.
15. PRZED ROZPOCZĘCIEM ĆWICZEŃ NALEŻY USUNĄĆ WSZYSTKIE OSTRE PRZEDMIOTY ZNAJDUJĄCE SIĘ W POBLIŻU.
16. OD CZASU EKSPLOATACJI URZĄDZENIA, NALEŻY NOSIĆ ODPOWIEDNIĄ ODZIEŻ, OBUWIE; KTÓRE SĄ PRZEZNACZONE DO WYKONYWANYCH ĆWICZEŃ NA DANYM URZĄDZENIU.
17. NIE UŻYWAĆ URZĄDZENIA W LUŻNYCH UBRANIACH, SPODNIACH LUB SPÓDNICACH.
18. ZAWSZE UBIERAĆ ODPOWIEDNIE OBUWIE PODCZAS UŻYWANIA URZĄDZENIA. OBUWIE POWINNO MOCNO TRZYMAĆ NOGĘ ORAZ POSIADAĆ ANTYPOŚLIZGOWĄ PODESZWĘ.
19. NIE NALEŻY MODYFIKOWAĆ URZĄDZENIEU BEZ KONSULTACJI Z OSOBĄ DO TEGO UPOWAŻNIONĄ.
20. TRZYMAĆ RĘCE Z DALA OD RUCHOMYCH CZĘŚCI.
21. NALEŻY UNIKAĆ WSZELKICH WYPADKÓW. NIE NALEŻY ZEZWALAĆ DZIECIOM KORZYSTAĆ Z URZĄDZENIA BEZ NADZORU OSOBY DOROSŁEJ.
22. OSOBA KORZYSTAJĄCA Z URZĄDZENIA, POWINNA WZIĄŚĆ POD UWAGĘ SWÓJ STAN FIZYCZNY ORAZ MENTALNY.
23. DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z URZĄDZENIA TYLKO POD NADZOREM OSOBY DOROSŁEJ I MUSZĄ BYĆ POINSTRUOWANE O WŁAŚCIWYM JEGO UŻYCIU. URZĄDZENIE NIE JEST ZABAWKĄ.
24. RODZICE LUB OSOBA NADZORUJĄCA POWINNI BYĆ ŚWIADOMI SWOJEJ ODPOWIEDZIALNOŚCI WOBEC SYTUACJI, KTÓRA MOŻE ZAISTNIEĆ PODCZAS EKSPLOATACJI URZĄDZENIA; DO KTÓREJ URZĄDZENIE NIE JEST PRZEZNACZONE.

25. TRZYMAĆ URZĄDZENIE Z DALA OD DZIECI, NIE ZEZWALAĆ DZIECIOM NA PRZEBYWANIE W BLISKIEJ ODLEGŁOŚCI PODCZAS EKSPLOATACJI URZĄDZENIA.
26. JEŚLI Z URZĄDZENIA KORZYSTA INNA OSOBA LUB POZOSTAWIONE JEST DO UŻYTKU DLA INNEJ OSOBY, NALEŻY UPEWNIĆ SIĘ ŻE OSOBA TA ZAPOZNAŁA SIĘ Z TREŚCIĄ INSTRUKCJI.
27. PRZED KAŻDYM UŻYCIEM NALEŻY SPRAWDZIĆ CZY WSZYSTKIE CZĘŚCI SĄ PRAWIDŁOWO ZAMOCOWANE. W PRZYPADKU JAKIEJKOLWIEK USTERKI, SPRZĘTU NIE NALEŻY UŻYWAĆ.
28. NALEŻY WZIĄŚĆ POD UWAGĘ, ŻE NADMIERNE ĆWICZENIE MOŻE ZASZKODZIĆ ZDROWIU.

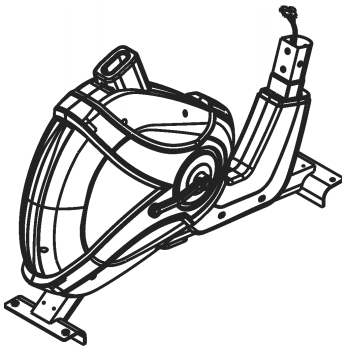

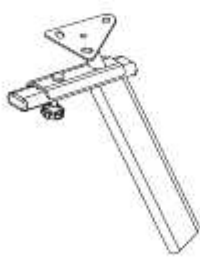

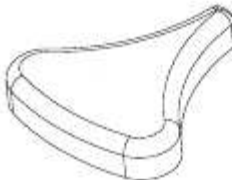



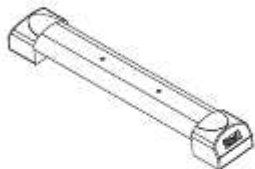
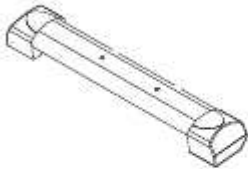


29. WŁAŚCIWE WYWAŻENIE USTAWIA SIĘ PRZEKRĘCAJĄC PLASTIKOWE POKRYWY NA KOŃCACH DRAŻKÓW STABILIZUJĄCYCH.
30. NIE ĆWICZYĆ BEZPOŚREDNIO PO POSIŁKU.
31. PRZED ROZPOCZĘCIEM ĆWICZEŃ NALEŻY SKONSULTOWAĆ SWÓJ STAN ZDROWIA Z LEKARZEM. MOŻE ON UDZIELIĆ ISTOTNYCH INFORMACJI I RAD JAK BEZPIECZNIE I INTENSYWNE ĆWICZYĆ, ABY NIE ZASZKODZIĆ ZDROWIU.

TO NIE JEST ZABAWKA! URZĄDZENIA NALEŻY UŻYWAĆ TYLKO DO ĆWICZEŃ FITNESS.



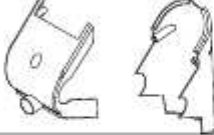

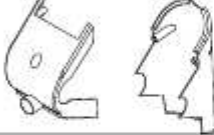
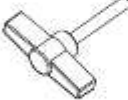





WAŻNE INFORMACJE I ZALECENIA

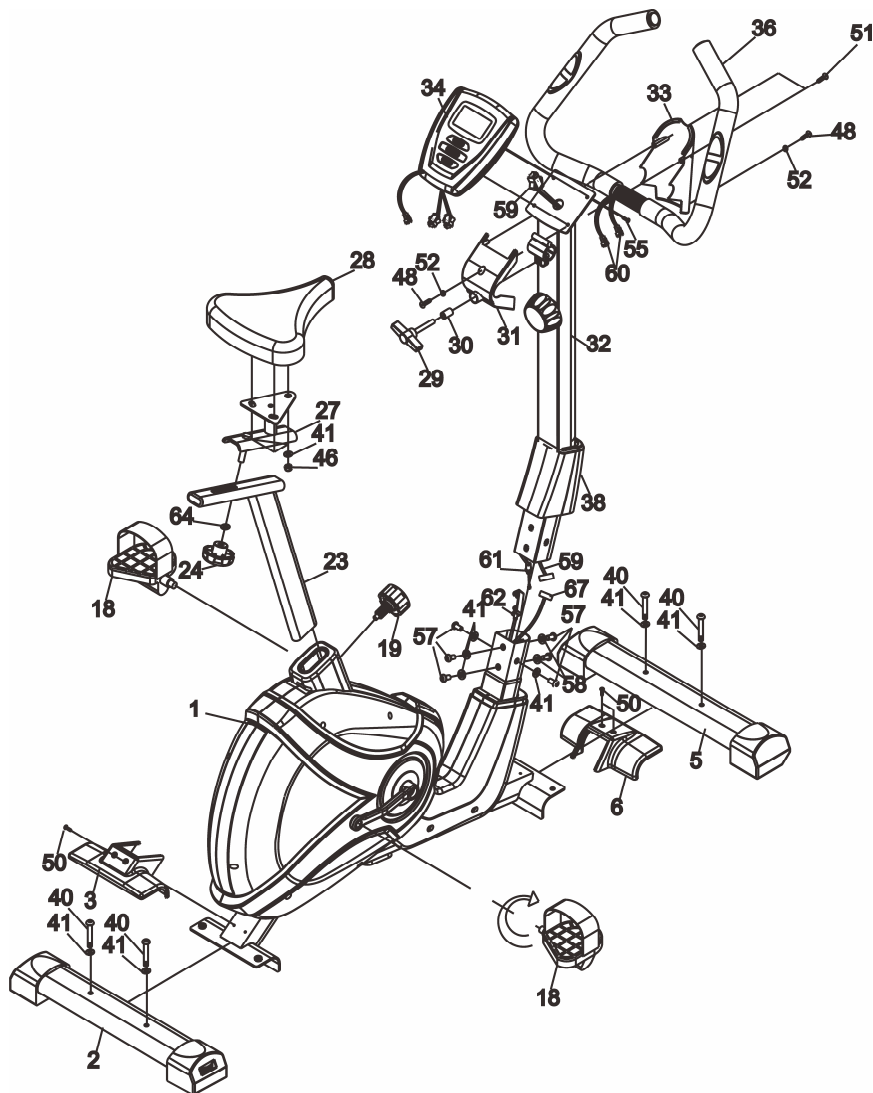
INFORMACJA n.t. OBCIĄŻENIA I USTAWIANIU OPORU:

- Obciążenie ustawia się pokrętle regulacji nateżenia oporu na pedałach znajdującej się na kolumnie kierownicy. Regulacja jest 8-stopniowa, aby zmniejszyć opór przekręcamy pokrętło w stronę "1", a aby zwiększyć w kierunku "8". Dla osiągnięcia pożądanego oporu, regulować należy w trakcie treningu. Obciążenie nie ma związku z prędkością jazdy, a wyłącznie z rzeczywistym ustawieniem pokrętła oporu.
- INFORMACJA DOTYCZĄCA TRENINGU: ROWEREK trenuje DOLNE części ciała
- ZAKRES STOSOWANIA URZĄDZENIA: rowerek umożliwia wykonywania ćwiczeń będących łącznie bieganiami i jazdami na rowerze angażuje wszystkie ważniejsze mięśnie (wzmacnia nogi, biodra).
- PRZEZNACZENIE PRODUKTU: do poprawiania kondycji fizycznej i spalania dużych ilości kalorii bez nadmiernego wysiłku fizycznego wyłącznie w warunkach domowych.
PRODUKT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU KOMERCYJNEGO !

NR CZĘŚCI.	OPIS	ilość	rysunek	
1/15/17	rama gł./pokrywa/korba	1 kpl		
36/51/35	kierownica/uchwyt gąbk./ Czujnik pulsu	1 kpl		
23/27/64 /24	kolumna siedzenia/szyna/ Płaska podkładka/pokrętko	1 kpl		
70/32/53	przednia kolumna/kontrola natężenia/Bolec	1 kpl		
28/41/46	Siedzenie/płaska podkładka/ Nylonowa nakrętka	1 kpl		
38	Przednia pokrywa	1		
34/55	komputer/Bolec	1 kpl		
6/3	pokrywa przedniego stabilizatora & tylnego	1 kpl		
2/4	Tuba tylnego stabilizatora /zaślepka regulująca	1 kpl		
5/7	Tuba przedniego stabilizatora / zaślepka regulująca	1 kpl		
18R/26L	kpl. pedałów	1 kpl		
19	pokrętko	1		

LISTA CZĘŚCI

NR CZĘŚCI.	OPIS	ilość	rysunek	
40	bolec M8X55	4		
41	płaska podkładka 18/8.5X1.5	4		
50	śruba M4X15	6		
31/33	kpl. pokryw	1 SET		
29	T - pokrętło	1		
30	tuleja	1		
48	śruba M4X20	2		
52	płaska podkładka 10X5	2		
	narzędzie 1	1		
	narzędzie 2	1		



Montaż :

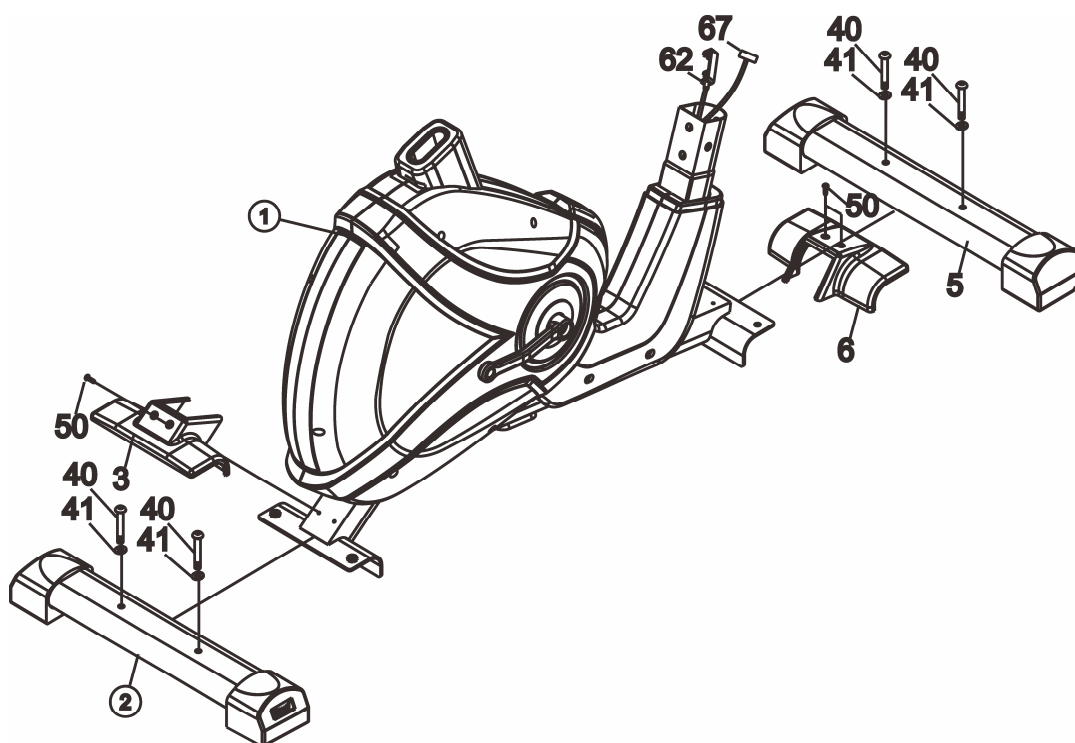
Krok 1 zamontuj stabilizatory

Zamontuj tylny stabilizator (2) z 2 zaślepkami regulującymi (4) do przyspawanej poprzecznej belki na ramie gł.(1) & przymocuj za pomocą 2 płaskich podkładek (41) 2 bolców (40).

Zamontuj przednie stabilizator (5) z 2 zaślepkami transportującymi (7) do przyspawanej poprzecznej belki ramy gł. (1) & przymocuj za pomocą 2 płaskich podkładek (41) oraz 2 bolców(40).

Zamontuj pokrywę przedniego stabilizatora(6) do poprzecznej belki I przykręć 2 śrubkami (50).

Zamontuj pokrywę tylnego stabilizatora (3) do poprzecznej belki I przykręć 2 śrubkami (50).



Krok 2 montaż siedzenia i kolumny siedzenia

Zdemontuj nakrętki nylonowe (46) oraz płaskie podkładki (41) z tyłu siedzenia (28). Zmontuj siedzisko (28) z szyną (27) & przykręć za pomocą nakrętki (46) oraz podkładki (41).

Odkręć pokrętło M10 (24) oraz płaską podkładkę (64) z tyłu szyny (27). Zmontuj szynę (27) z górą kolumny siedzenia (23) & przykręć pokrętło M10 (24) oraz podkładkę (64).

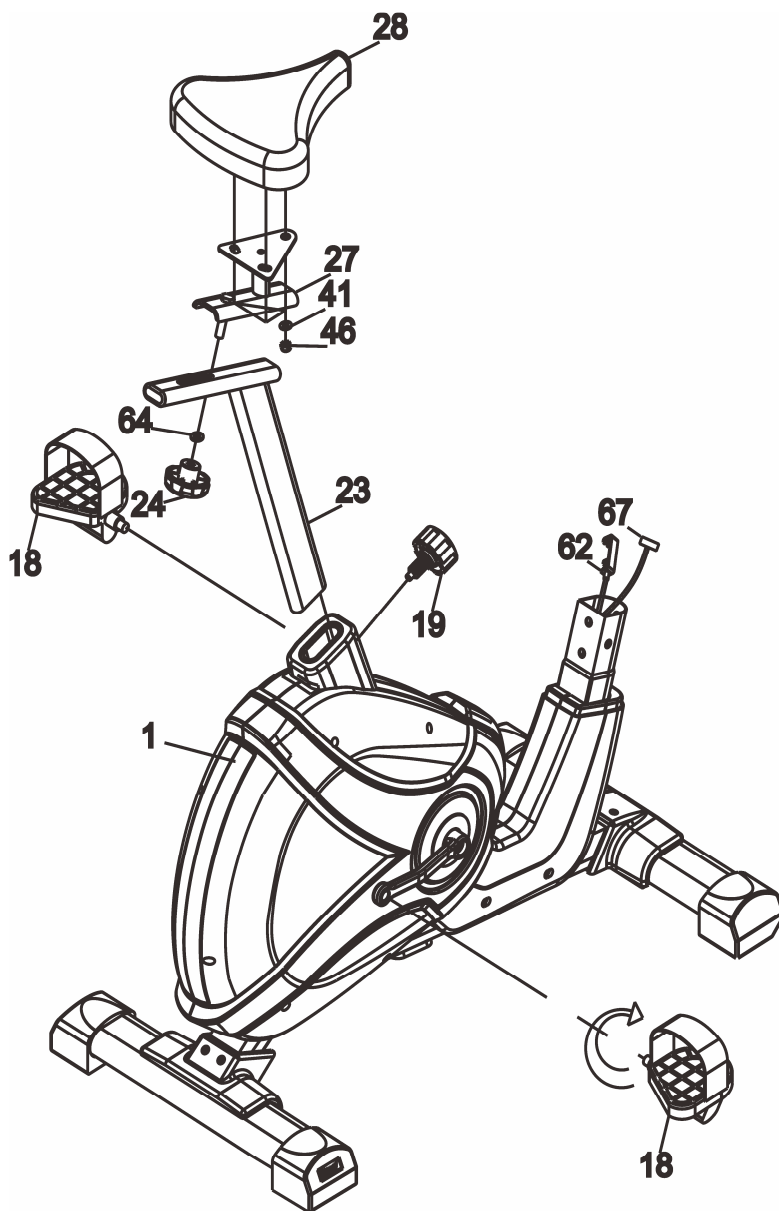
Zamontuj kolumnę (23) na ramie gł. (1) & zabezpiecz pokrętłem (19). Ustaw odpowiednią wysokość sidzenia.

Uwaga: nie wyciągaj tuby siedzenia powyżej linii "MAX" oznaczonej na tubie

Zamontuj pedały (18R&26L) do korby. Pedał "R" zamontuj with do prawej strony korby, Pedał "L" zamontuj do lewej strony korby: Pedał prawy oznaczony jest: "R", a lewy "L" (18R&26L).

Uwaga: pedał "R" przykręcać w kierunku zgodnym z kierunkiem wskazówek zegara. Lewy pedał "L" przykręcać w kierunku odwrotnym do kierunku wskazówek zegara.

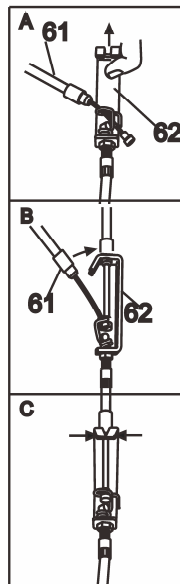
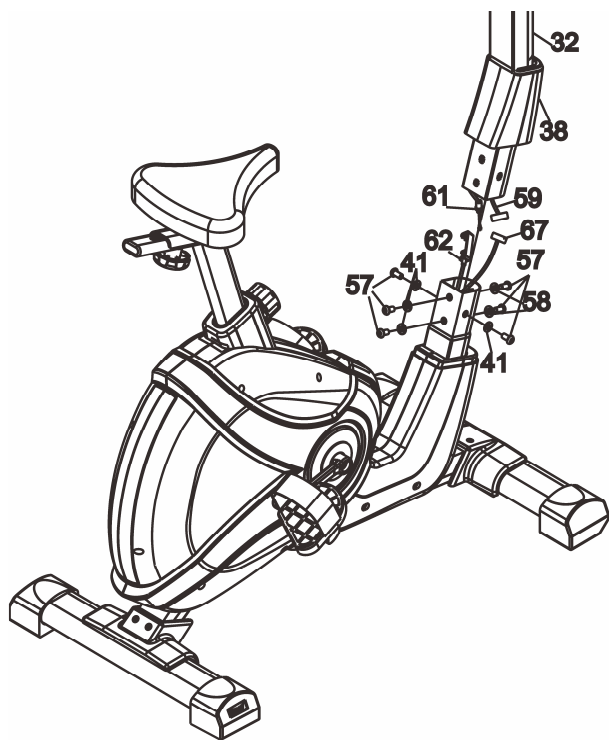
- Zamocuj paski zabezpieczające do pedałów (18R&26L).
- : regulacja pasków w zakresie 4 otworów



Krok 3 – montaż przedniej kolumny

zdemontuj 4 bolce (41) oraz 2 podkładki (58) jak I 2 płaskie podkładki(41) z ramy gł.(1).

Połącz s rodkowy odcinek przewodu czujnika (71) w przedniej kolumnie (70) z dolnym odcinkiem przewodu czujnika (72). Podłącz linkę natężenia (61) z dolnym odcinkiem linki natężenia (62). (patrz rys. A-B). Zmontuj przednią kolumnę(70) z przednią pokrywą (38) do gniazda w ramie gł. (1) przykręcając za pomocą 4 bolcy (57) , 2 podkładek (58) & płaskiej podkładki(41).

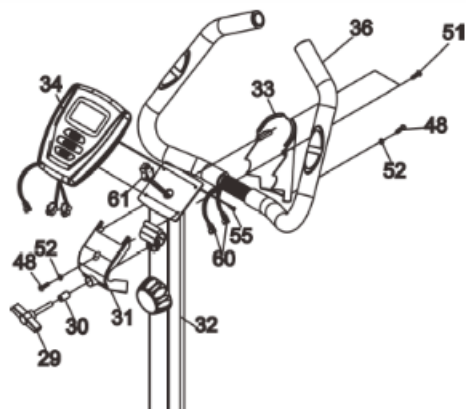


Krok 4 – montaż kierownicy i konsoli

Umieść kierownicę (36) z 2 czujnikami pulsu(35), uchwytami (51) na górze przedniej kolumny(70) & zamocuj pokrywę (31) z tuleją(30) oraz T-pokrętłem(29). Zamontuj przednie pokrywy (33)do przedniej kolumny(70) i przykręć tylną pokrywę(31) za pomocą śruby (48) oraz podkładki płaskiej (52).

Zdemontuj śrubę(55) z komputera(34). Podłącz wtyczkę przewodu czujnika(59) do gniazdka czujnika w komputerze(34).

Zamontuj komputer(34) na przedniej kolumnie i przykręć 2 śrubami (55). Umieść wtyczkę czujnika pulsu z tyłu komputera(34).



61

62

NR	OPIS	ILOŚĆ	NR	OPIS	ILOŚĆ
001	Rama gł.	1	037	Zaslepka okrągła	2
002	Tylna tuba stabilizatora	1	038	Przednia pokrywa	1
003	Pokrywa Przedniej tuby stabilizatora	1	039	śruba czujnika	2
004	Regulująca zaslepka	1	040	Bolec M8X55	4
005	Przednia tuba stabilizatora	2	041	Płaska podkładka 18/8.5X1.5	10
006	Pokrywa przedniego stabilizatora	1	042	Nakrętka stop	2
007	Zaslepka kołka transp.	1	043	Płaska podkładka 20/10X2	2
008	bloczek	1kpl	044	Bolec M6x36	2
009	ośka	1	045	Specjalny Bolec	1
010	łożysko	1	046	Nylonowa nakrętka	2
011	pasek	2	047	"C" -RING	2
012	mocowanie koła	1	048	śrubka M4X20	14
013	koło	1	049	śrubka M4X20	4
014	koło zamachowe	1	050	śrubka M4X15	10
015	pokrywa (R) & (L)	1	051	uchwyt gąbk.	2
016	pokrywa korby	1kpl	052	płaska podkładka 10/5	2
017	korba R & L	2	053	Bolec	1
018	PEDAŁ prawy	1SET	054	podkładka	1
019	pokrętło	1	055	Bolec	1
020	obejma	1	056	STOP Nakrętka	2
021	tylna pokrywa	1	057	Bolec M8X15	6
022	przednia pokrywa R& L	1			
023	Kolumna siedzenia	1SET	058	podkładka 20/8.5X1.5	2
024	pokrętło	1	059	środkowy przewód czujnika	1
025	zaslepka	1	060	przewód czujnika pulsu	1
026	pedał lewy	2	061	środkowa linka natężenia	1
027	szyna	1	062	dolna linka natężenia	1
028	Siedzenie	1	063	podkładka	1
029	T-pokrętło	1	064	płaska podkładka 22/8.5X1.5	1
030	tuleja	1	065	nakładka korby	2
031	tylna pokrywa	1	066	Sprężyna	1
032	regulacja natężenia	1	067	czujnik	1
033	przednia pokrywa	1	068	mocowanie czujnika	1
034	komputer	1	069	śruba	2
035	czujnik pulsu	1	070	przednia kolumna	1
036	kierownica	2	071	Magnez	1



SLEEP MODE/tryb czuwania :

Monitor przechodzi w tryb czuwania/SLEEP (ekran LCD off/wyłączony) gdy nie ma żadnego impulsu oraz żaden przycisk nie był naciskany przez 4 minuty.

Funkcje:

1. SCAN/skan : w trybie treningu/exercise , naciśnij przycisk MODE aż pojawi się SCAN na ekranie LCD. Monitor wyświetli funkcje każdą przez 6 sekund na ekranie główną.

TIME(czas)-SPEED(prędkość)-DISTANCE(dystans)-CALORIE(kalorie)-RPM(tempo)-PULSE(puls)

2. TIME/czas: pokazuje czas czasu ćwiczenia w minutach & sekundach. Komputer automatycznie zliczy od 0:00 do 99:59 co 1 sekundę. Możesz również ustawić zliczanie w dół przy pomocy przycisków UP(góra) and DOWN(dół) 0:00 do 99:00. Jeśli będziesz kontynuować ćwiczenie po osiągnięciu 0:00, komputer zasygnalizuje dźwiękiem & zacznie liczyć od 0:00 w górę.
3. SPEED/prędkość: pokazuje prędkość w KM na godz. od 0.0 do 168.0, lub w milach na godz. od 0.0 do 99.9
4. DISTANCE/dystans: pokazuje skumulowaną odległość w trakcie treningu maks. do 168.0KM lub 99.9MIL.
5. CALORIES/kalorie: komputer oszacuje spalone kalorie w trakcie całego treningu.
6. PULSE/puls: komputer pokazuje twój puls na minutę w trakcie treningu.
7. RPM/tempo: ilość obrotów na minutę.

Funkcje przycisków:

3 przyciski:

1. SET : w trybie STOP , naciskaj by zwiększyć wartość Time/czasu, Distance/dystansu & Calories/kalorii.
2. RESET : w trybie STOP naciskaj by wyczyścić wartości i ustawić zero.
3. MODE : a. naciśnij by zaakceptować ustawione wartości TIME/czasu, DISTANCE/dystansu & CALORIE/kalorii.

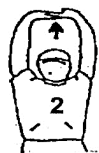
w trybie STOP przytrzymaj przez ponad 2 sekundy aby ponownie uruchomić komputer.

c. w trybie treningu naciśnij by sprawdzić funkcje od SCAN-

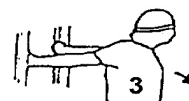
ĆWICZENIA ROZGRZEWAJĄCE



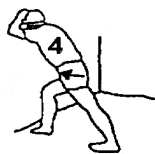
15 sekund na rękę



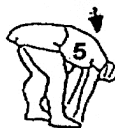
20 sekund



20 sekund



25 sekund



20 sekund



20 sekund



30 sekund



25 sekund na nogę



30 sekund



20 sekund



3 razy po 5 sekund



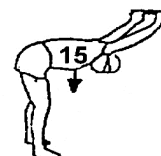
20 sekund



20 sekund na nogę



5 razy



15 sekund

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzęt objęty jest 24 miesięczną gwarancją liczoną od dnia zakupu (wyłącznie przy użytkowaniu w warunkach domowych)..
2. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na zakupiony towar.
3. W czasie trwania gwarancji wszelkie uszkodzenia wyrobu spowodowane wadą produkcyjną zostaną usunięte, aby produkt był w pełni sprawny.
4. Gwarancja nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową .
5. Gwarancja obowiązuje tylko w punkcie sprzedaży gdzie dokonano zakupu.
6. Reklamacji dokonuje się pisemnie z podaniem informacji dotyczących wady i potwierdza niniejszą kartą gwarancyjną.
7. Niniejsza karta gwarancyjna jest jedynym dokumentem na podstawie którego uprawniony do gwarancji może rościć swoich praw na terenie całej Polski, może egzekwować swoje prawa z tytułu udzielonej gwarancji.

8. Gwarancja nie obejmuje wad spowodowanych:

- uszkodzeniem mechanicznym (np. rozcięcie wyrobu lub jego części podczas rozpakowywania etc.);
- zająciem nieodwracalnym - (klęską żywiołową etc.);
- nieprofesjonalną ingerencją, próbą dokonywania zmian;
- nieprawidłowym użyciem, czy nieodpowiednim przechowywaniem, wpływem niskiej lub wysokiej temperatury, działaniem wody, nadmiernym naciskiem lub uderzeniem, **użytkowanie w celach komercyjnych lub do celów rehabilitacyjnych;**
- zmianami dokonanyymi przez osoby do tego nieuprawnione (modyfikacje kształtu, wielkości, wagi etc.);
- zużyciem części podczas normalnego używania (np. gumowe i plastikowe części, mechanizmy ruchome etc.);
- z winy użytkownika t.j. uszkodzenie produktu podczas nieprofesjonalnej próby naprawy, niewłaściwym montażem, etc.

Sprzedawca udziela na niniejszy produkt następującej gwarancji:

1. Gwarancja urządzenia wynosi 24 miesiące od dnia sprzedaży(tylko przy użytkowaniu w warunkach domowych).

Uwaga

1. Jeśli podczas ćwiczenia urządzenie wydaje dźwięki, skrzypi nie stanowi to przeszkody w korzystaniu z urządzenia oraz nie stanowi przedmiotu reklamacji. Problem ten można usunąć w trakcie bieżącej konserwacji.
2. W okresie gwarancji zostaną usunięte wszystkie usterki spowodowane wadą produkcyjną lub wadliwym materiałem, w taki sposób aby można było z urządzenia w pełni korzystać.

DATA SPRZEDAŻY: SPRZEDAWCA: