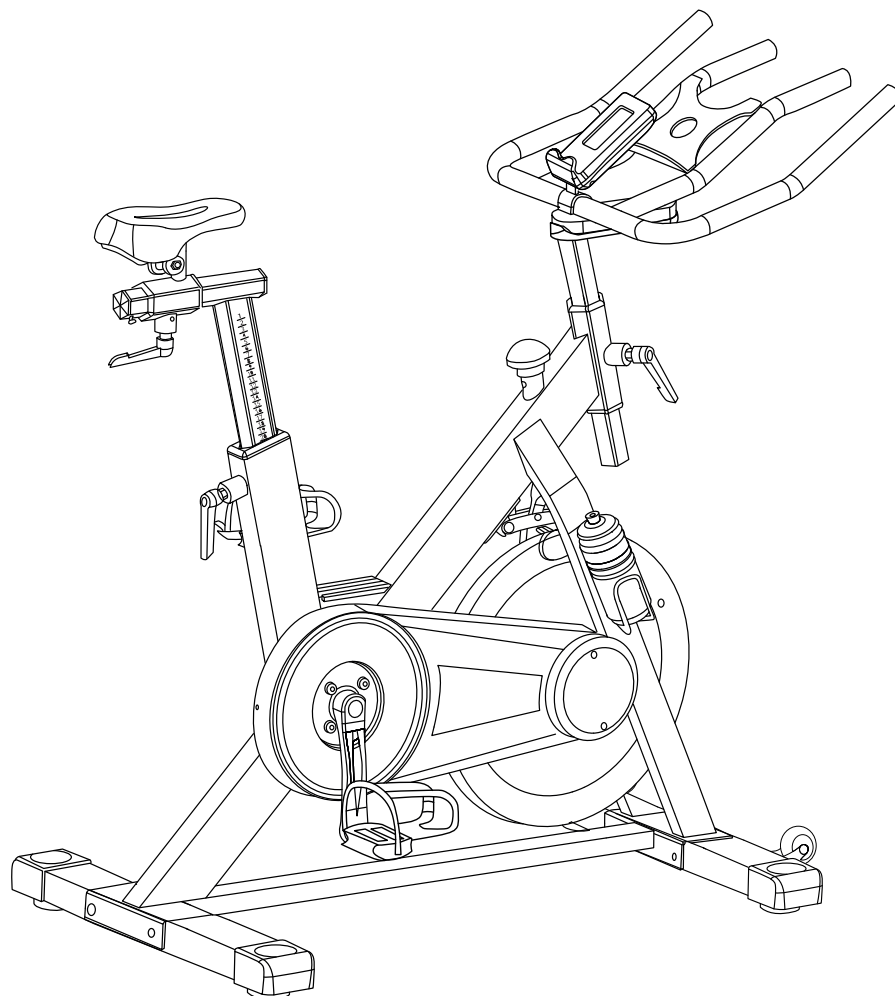


ZIPRO

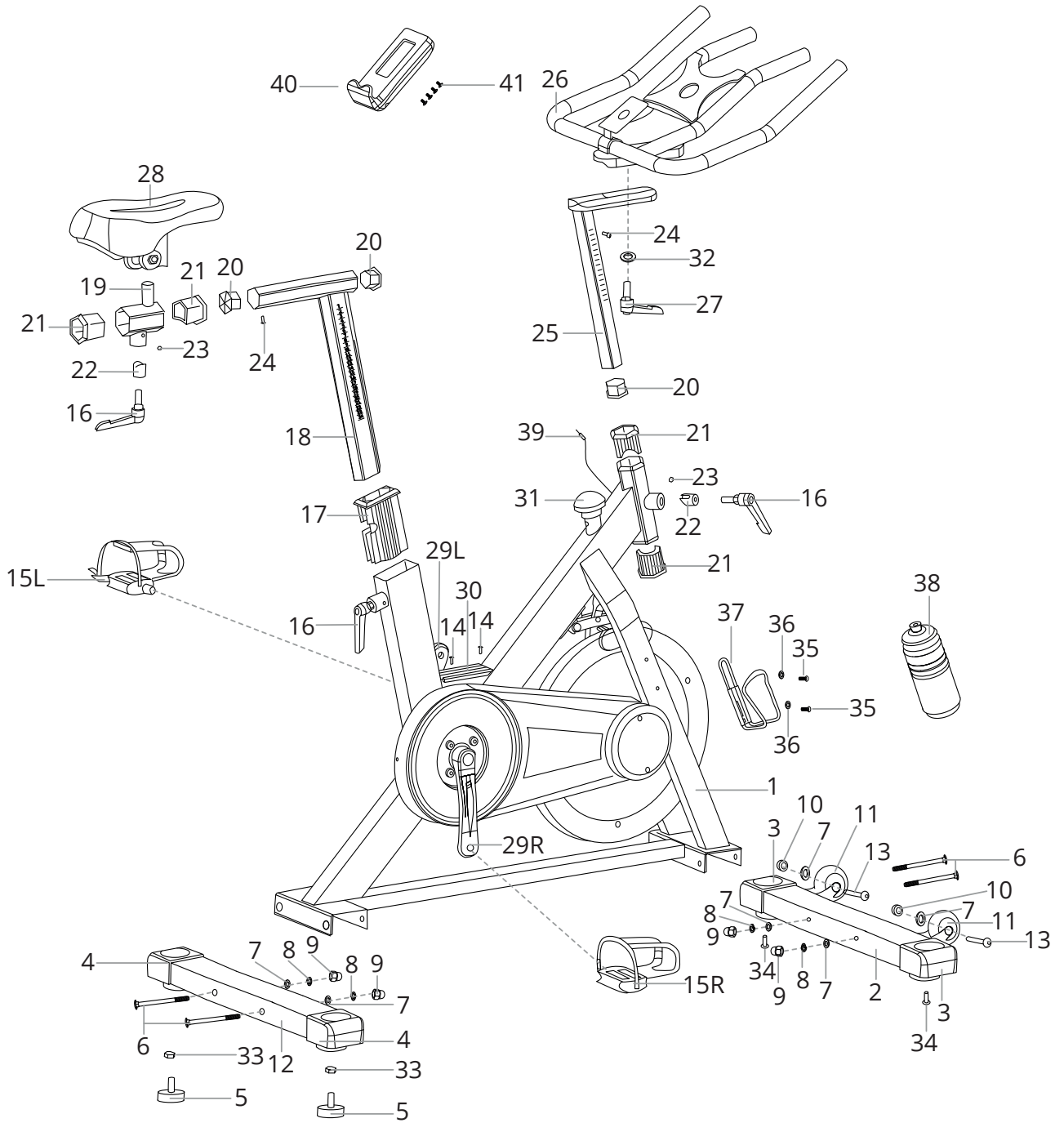
Dynamite

PL Rower magnetyczny
EN Magnetic bike
DE Magnetisches Fahrrad
RU Магнитный велосипед
RO Bicicletă magnetică
LT Magnetinis dviratis treniruoklis
CZ Magnetický rotoped
SK Magnetický rotopéd
HU Mágnesfékes szobakerékpár
BG Магнитен велоергометър
FR Vélo d'appartement magnétique
IT Cyclette magnetica
ES Bicicleta magnética

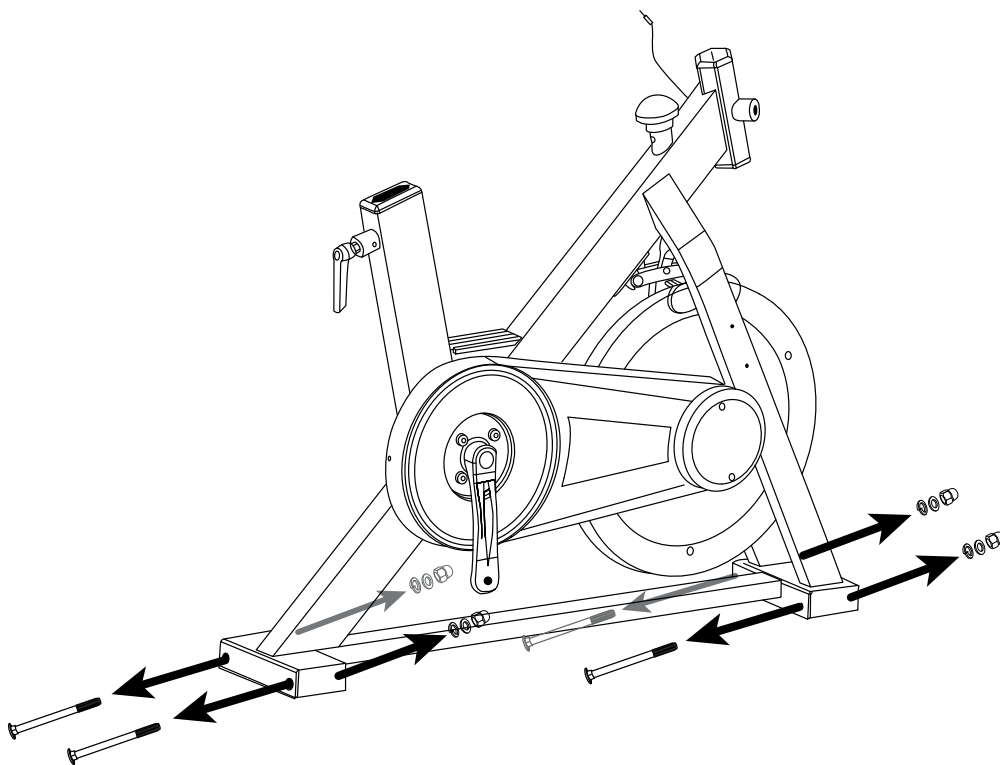


PL Podręcznik użytkownika	13
EN User Manual	20
DE Bedienungsanleitung	27
RU Руководство к пользованию	35
RO Manual de utilizare	43
LT Naudotojo vadovas	51
CZ Příručka uživatele	58
SK Príručka užívateľa	65
HU Használati kézikönyv	72
BG Инструкция за употреба	79
FR Manuel d'utilisation	87
IT Manuale d'uso	94
ES Manual de uso	101

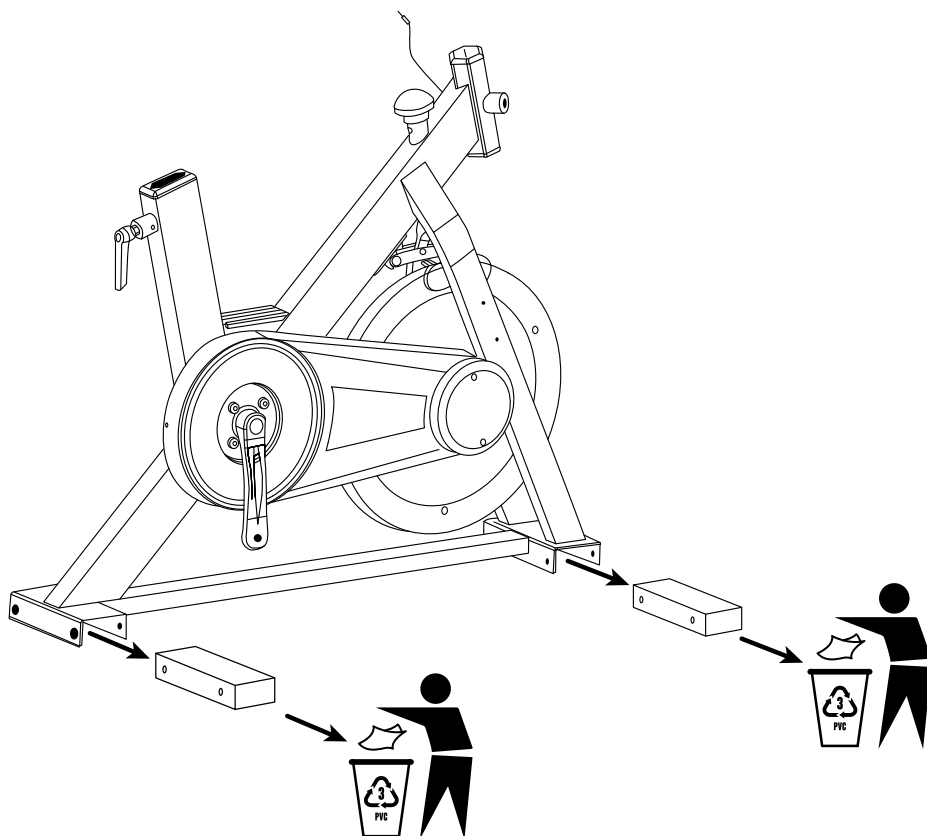
PL Producent - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polska
EN Manufacturer - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
DE Hersteller - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen
RU Производитель - ООО Morele.net, д/р. Яна Павла II 43б, 31-864 Краков, Польша
RO Producător - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
LT Gamintojas - Morele.net sp. z o.o al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krokua, Lenkija
CZ Výrobce - Morele.net sp.z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Polsko
SK Výrobca - Morele.net sp.z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poľsko
HU Gyártó - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakko, Lengyelország
BG Производител - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Краков, Полша
FR Fabricant - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovie, Pologne
IT Fabbricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
ES Fabricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia



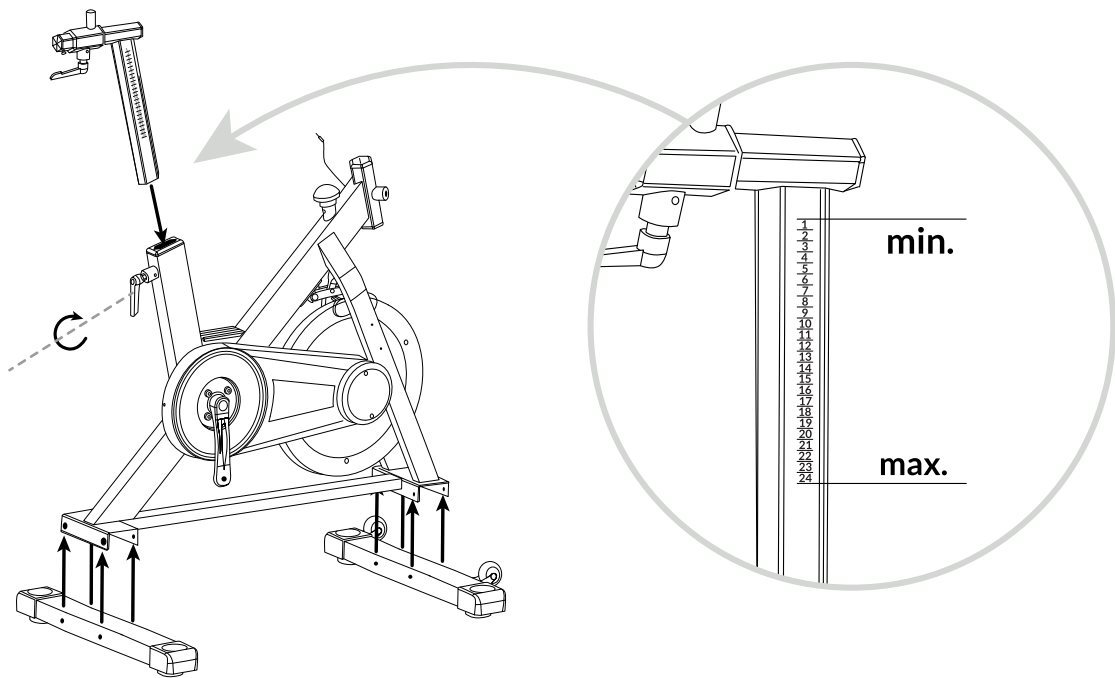
1



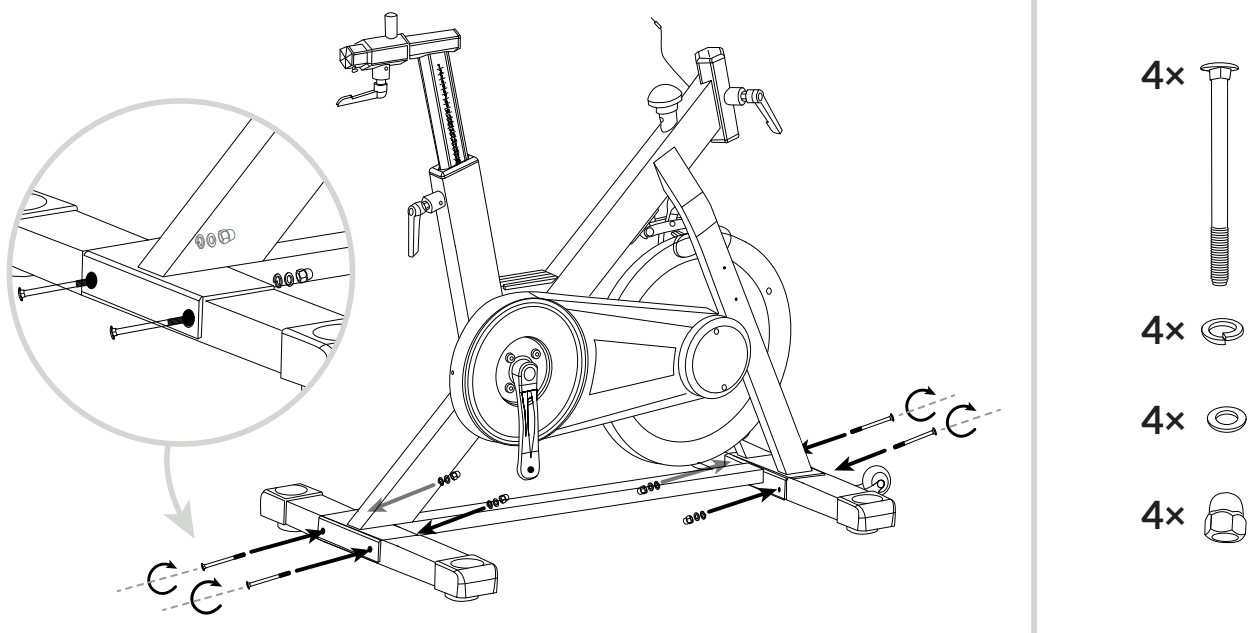
2



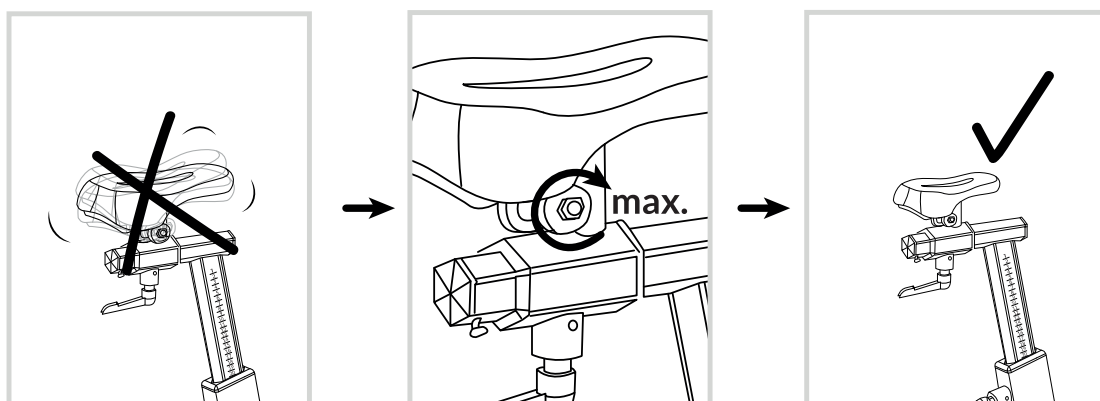
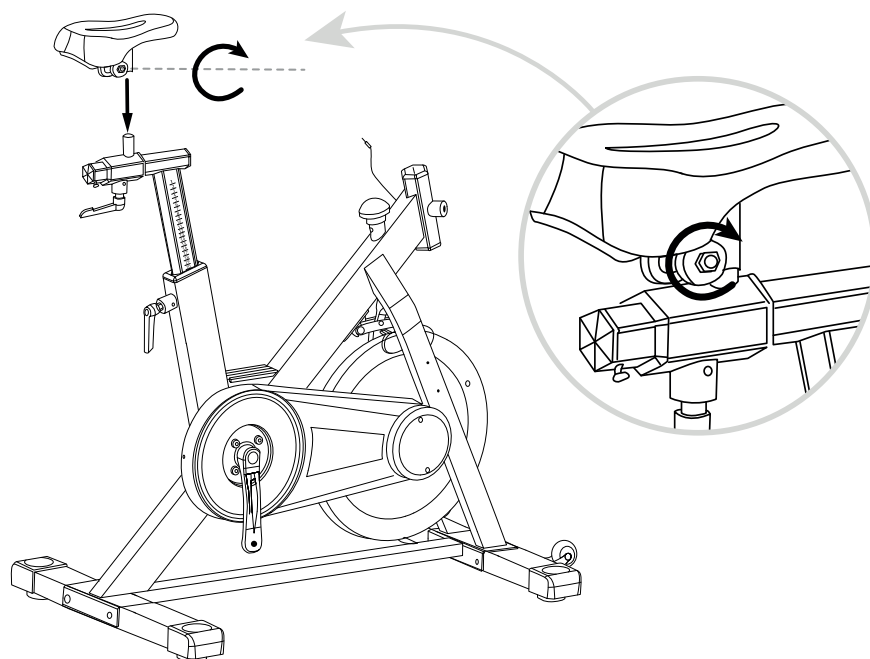
3



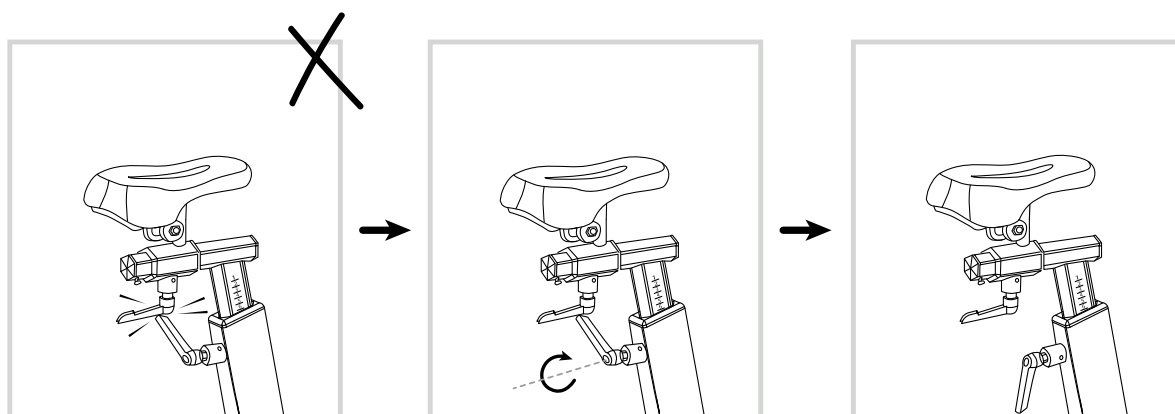
4



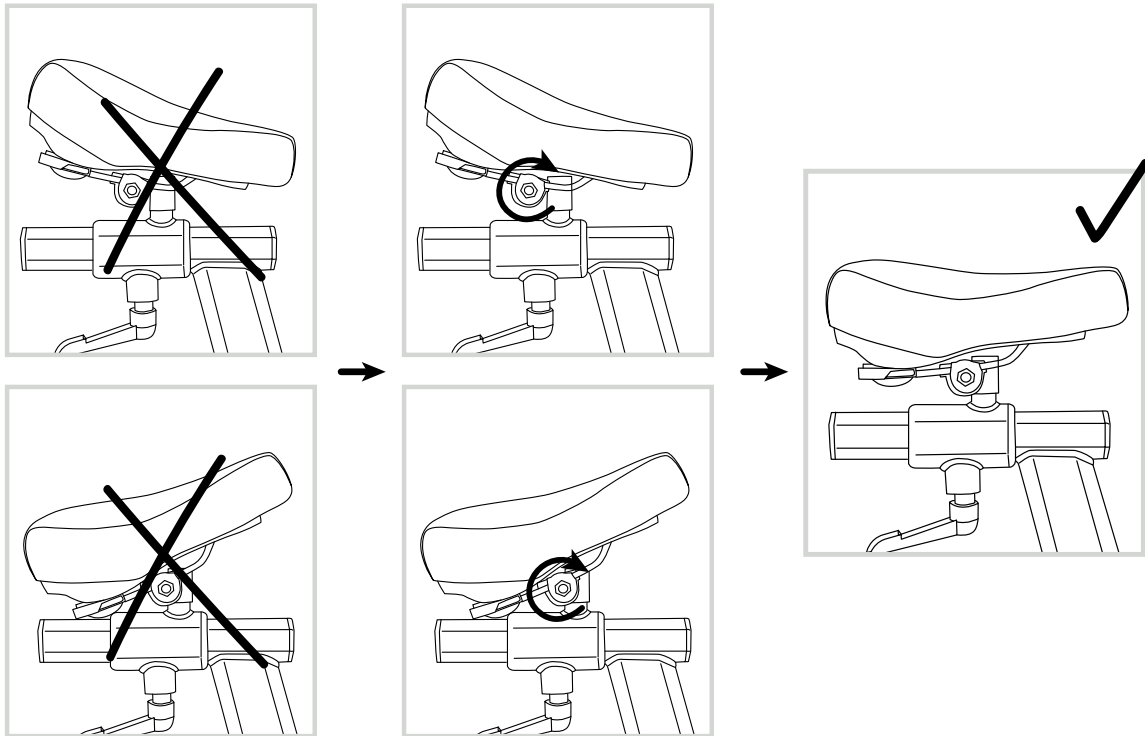
5



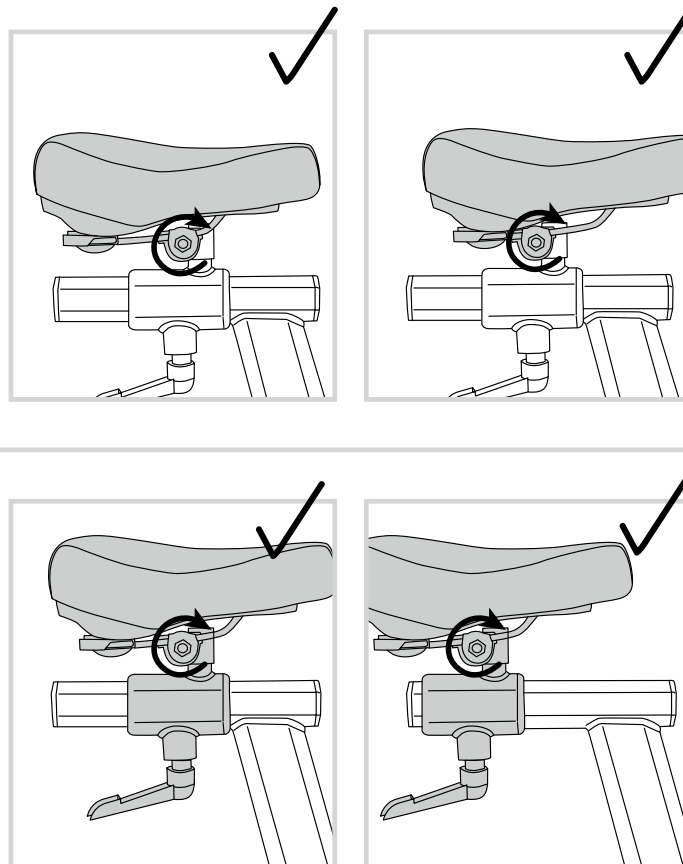
6



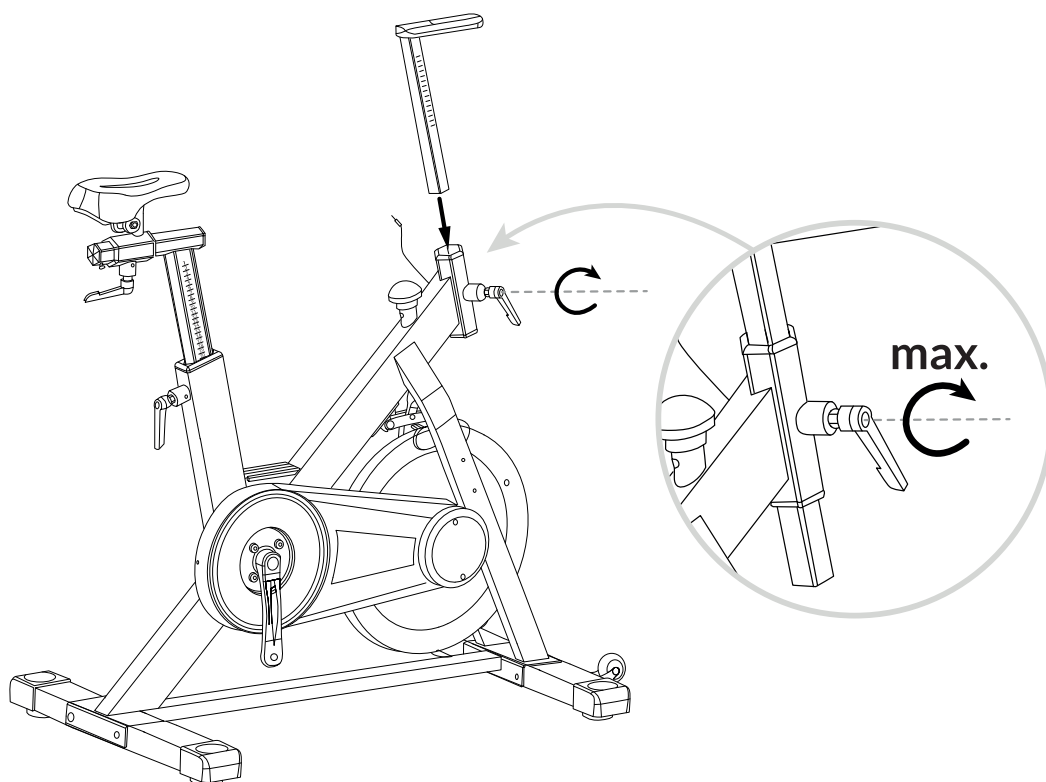
7



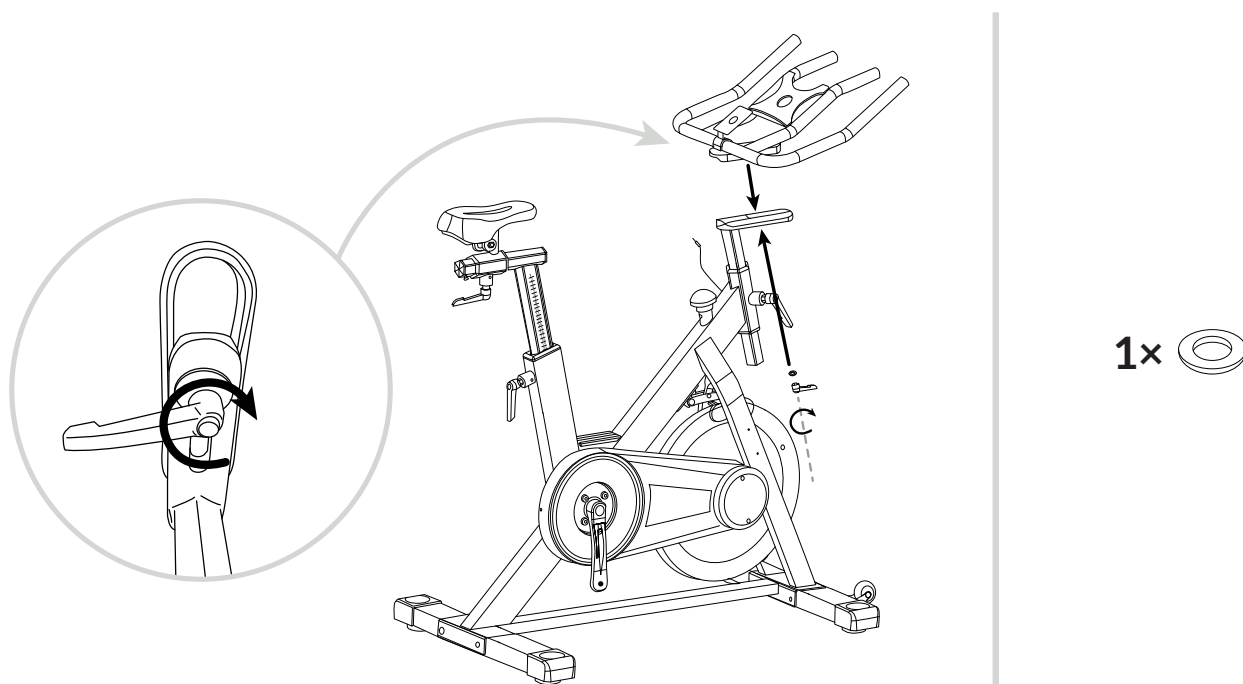
8



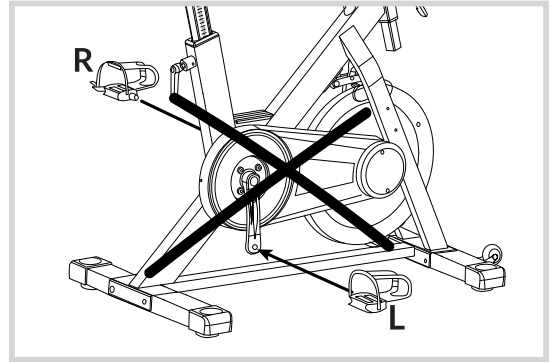
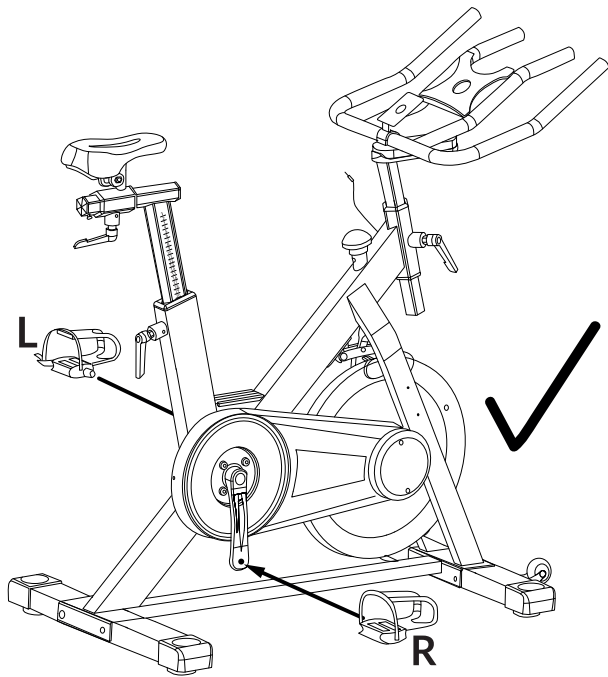
9



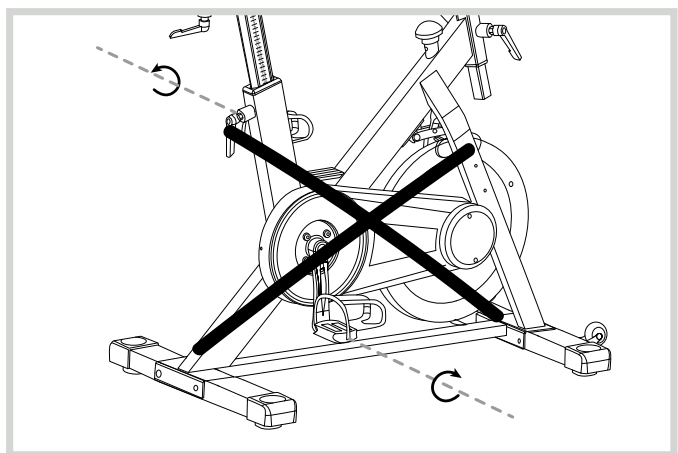
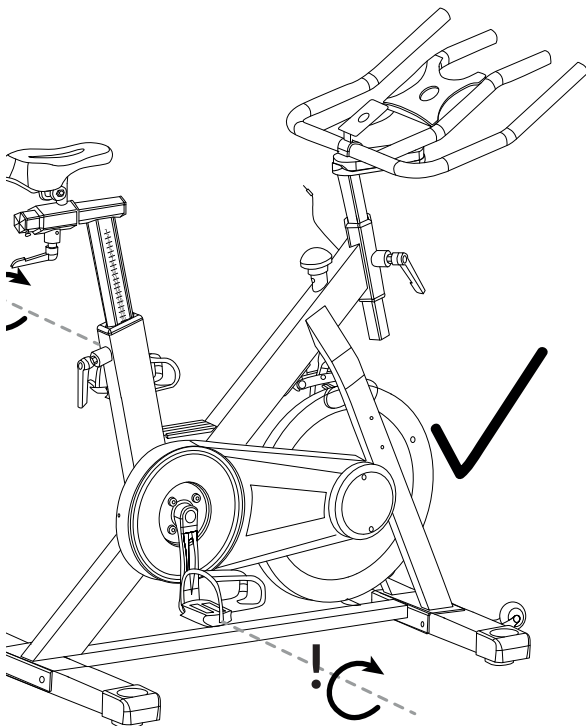
10



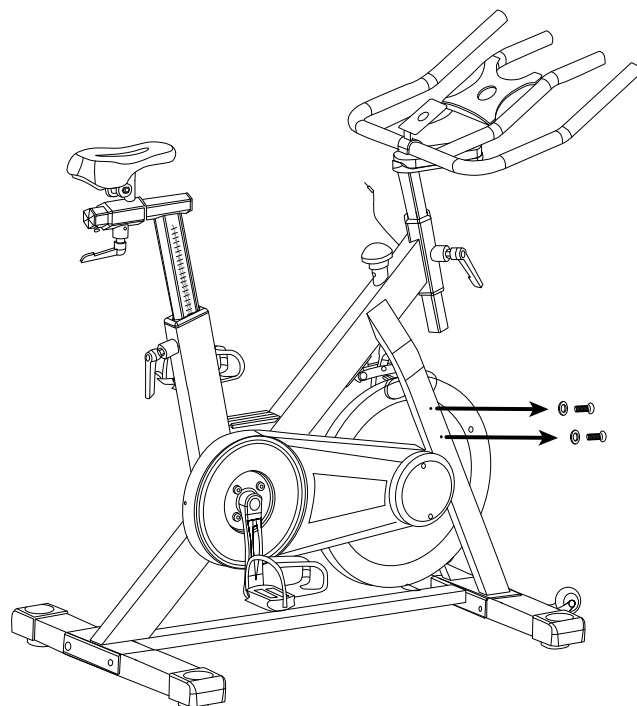
11



12



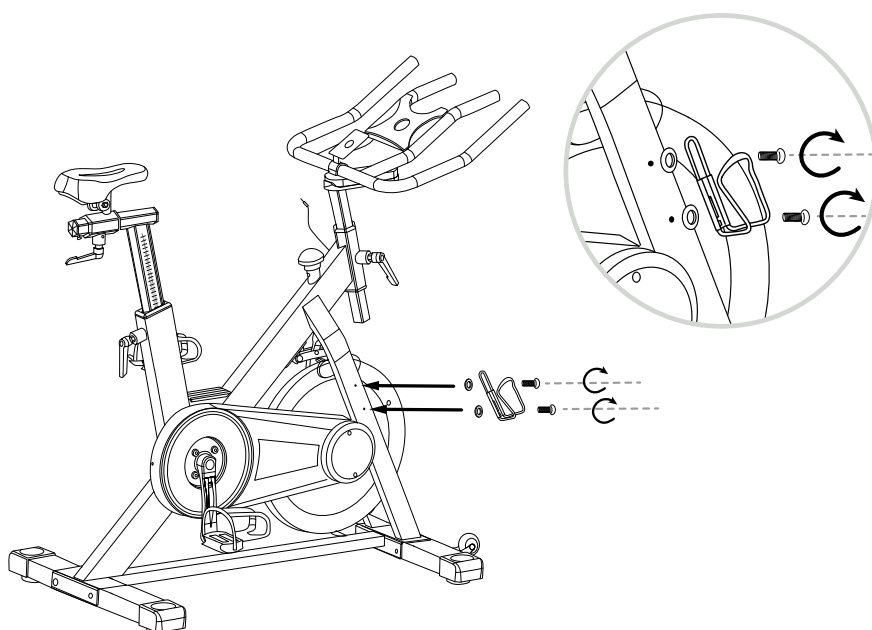
13



2× 

2× 

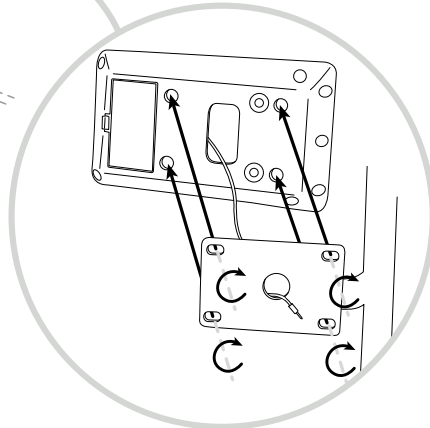
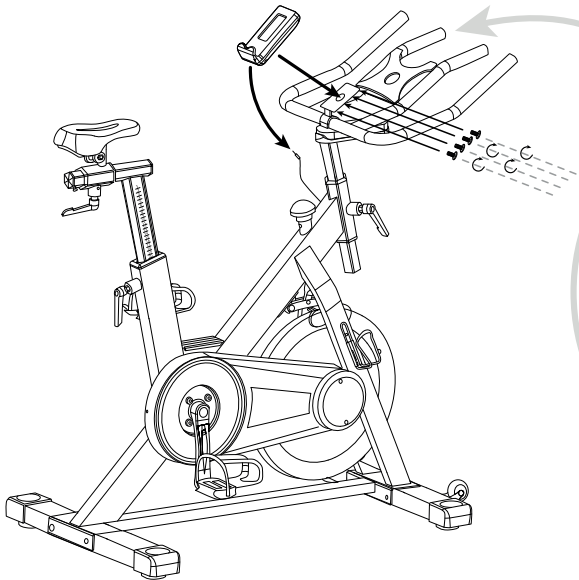
14



2× 

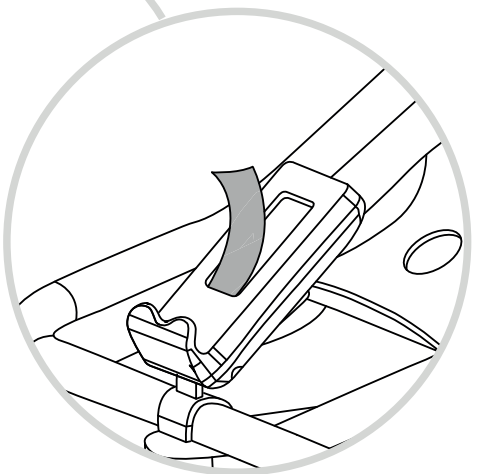
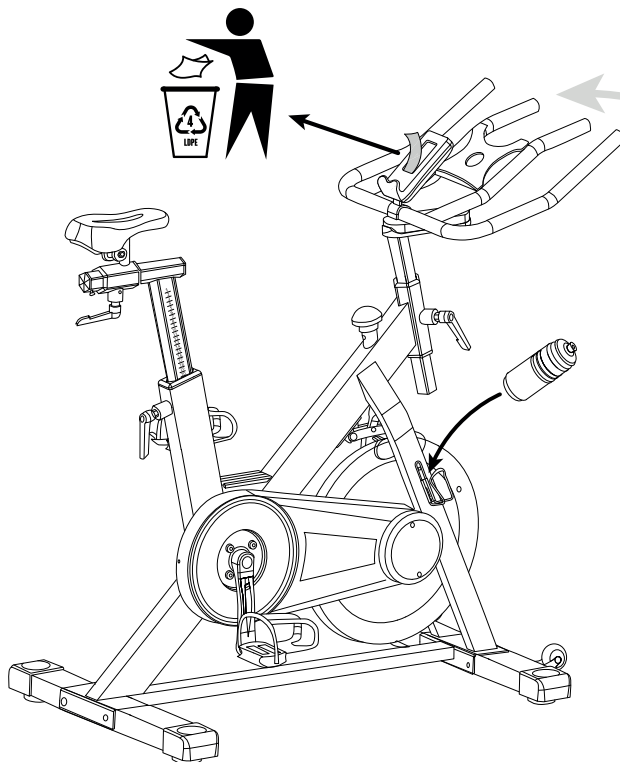
2× 

15

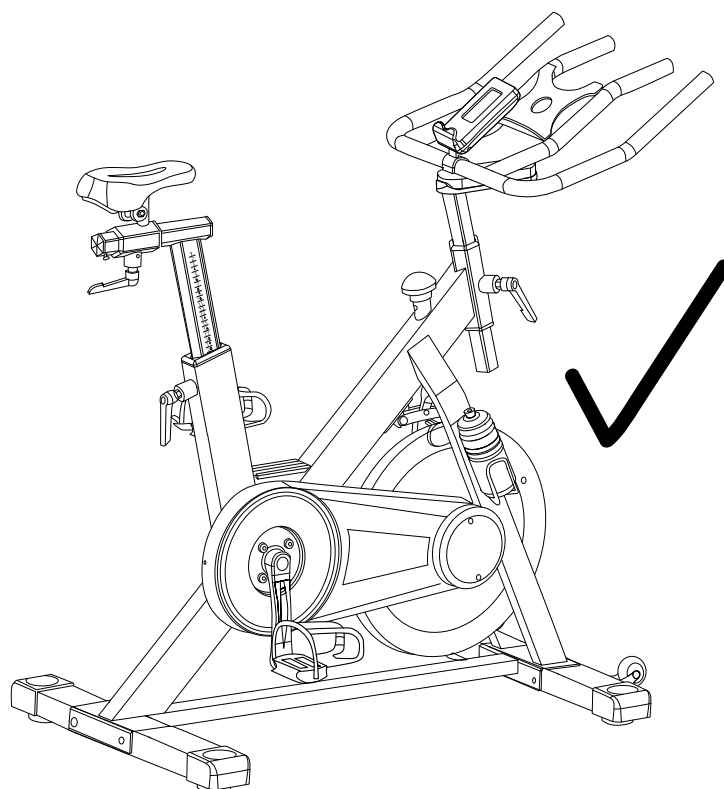


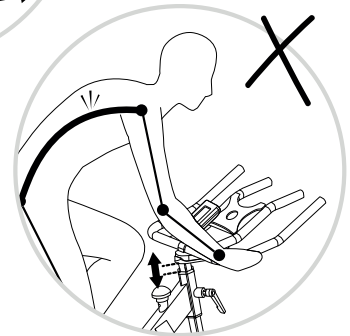
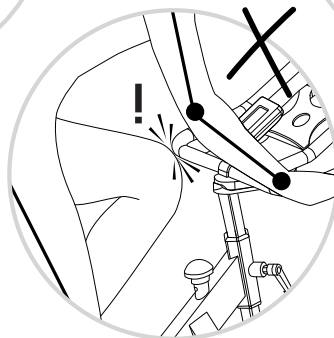
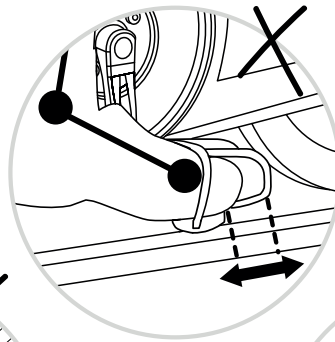
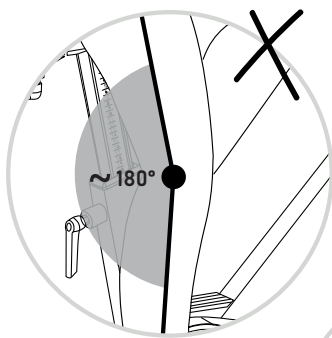
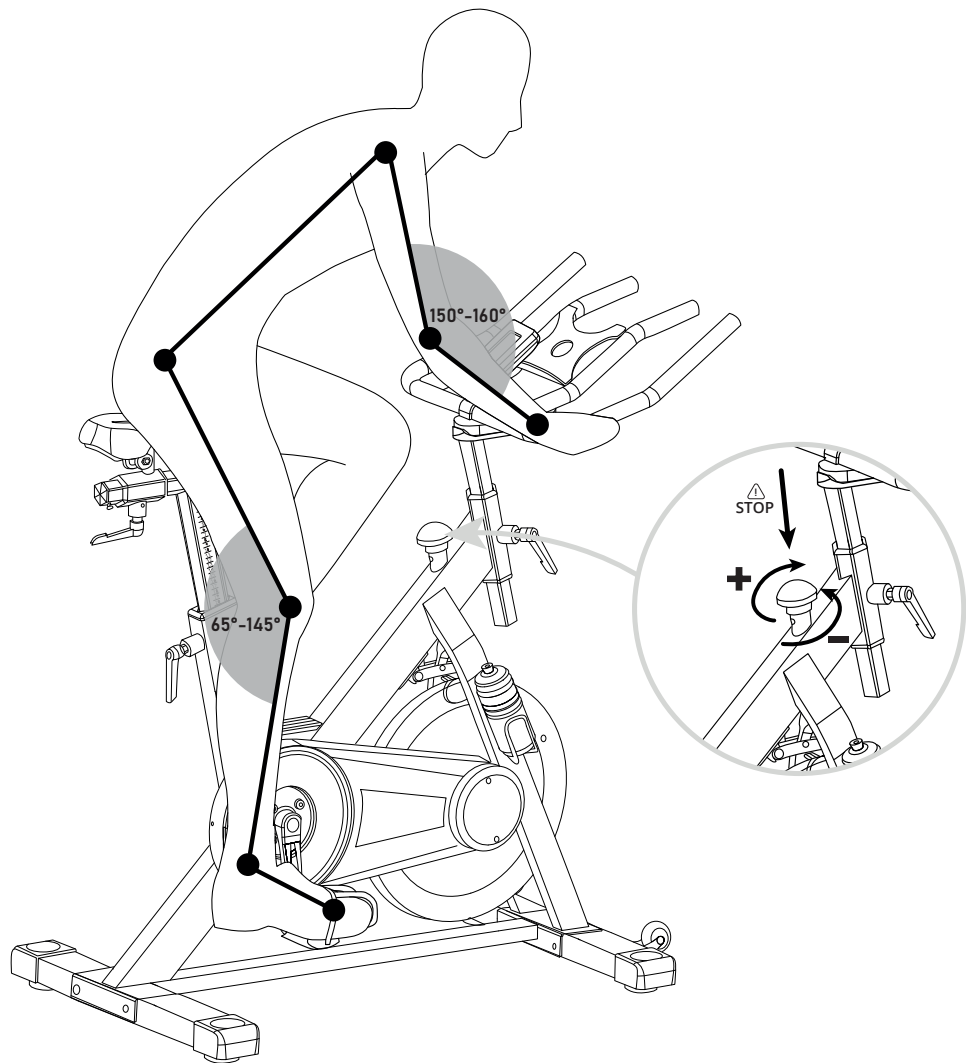
4x 

16



17





Użytkownik,

Zapoznaj się z poniższą instrukcją przed rozpoczęciem montażu i pierwszym użyciem urządzenia. Instrukcja ta zawiera ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa użytkownika i konserwacji sprzętu. Zachowaj ją w celu możliwości skorzystania z informacji dotyczących konserwacji lub zamawiania części zamiennych.

DANE TECHNICZNE

Zasilanie	Bateria AA
Waga	57,1 kg
Temperatura użytkowania	0°C do +40°C
Temperatura przechowywania	-10°C do +60°C
Maksymalna waga użytkownika	130 kg
Klasa zastosowania	Klasa H
Klasa dokładności	Klasa C
Prędkość	0,0-99,9 km/h
Norma wyrobu (główna)	EN 20957-1:2013
Przeznaczenie wyrobu (główna)	Rower spinningowy do użytku domowego

BEZPIECZEŃSTWO

UWAGA! Z urządzenia można korzystać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli do treningu przez osoby dorosłe. Każde inne zastosowanie urządzenia może być niebezpieczne. Producent nie może być pociągany do odpowiedzialności za szkody, które zostały spowodowane nieprawidłowym użytkowaniem urządzenia.

- Urządzenie zostało zaprojektowane i skonstruowane w oparciu o najnowszą wiedzę z zakresu bezpieczeństwa. Elementy niebezpieczne, które potencjalnie mogą być stanowić zagrożenie odniesienia obrażeń zostały wyeliminowane lub względnie zabezpieczone.
- Nie dopuszcza się napraw i zmian na własną rękę.
- Raz na jeden lub dwa miesiące sprawdź poprawność dokręcenia śrub, wkrętów i nakrętek.
- W celu trwałego zapewnienia bezpieczeństwa regularnie (czyli jeden raz w roku) sprawdzaj i konserwuj sprzęt w specjalistycznej placówce handlowej.
- Wszystkie zmiany na urządzeniu, które nie zostały opisane w niniejszej instrukcji mogą stanowić przyczynę uszkodzeń lub bezpośrednio zagrażać zdrowiu i życiu osoby ćwiczącej. Zmian na urządzeniu mogą dokonywać wyłącznie pracownicy serwisu producenta lub osoby przeszkolone przez nie w tym zakresie.
- Wszystkie urządzenia podlegają stałym działaniom innowacyjnym w celu zapewnienia wysokiej jakości. Z tego powodu producent zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian technicznych.
- Wszelkie pytania lub wątpliwości związane ze sprzętem kieruj do specjalistycznej placówki handlowej.

UWAGA! Osoby przebywające w pobliżu w trakcie użytkowania sprzętu należy uprzedzić o ewentualnych zagrożeniach. Zachowaj szczególną ostrożność w obecności dzieci.

UWAGA! Przed przystąpieniem do ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu o opinię specjalisty możesz opracować swój plan treningowy. Nieprawidłowo dobrany program lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla Twojego zdrowia i życia.

OSTRZEŻENIE! Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Przemęczenie podczas ćwiczeń może skutkować poważnymi obrażeniami lub śmiercią. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przestań ćwiczyć.

UWAGA! Bezwzględnie przestrzegaj uwag dotyczących prowadzenia treningu zawartych w niniejszej instrukcji.

- Ustawienie kierownicy i siodła musi uwzględniać indywidualne warunki fizyczne osoby ćwiczącej w celu przyjęcia wygodnej i prawidłowej pozycji do ćwiczeń.
- Wybierając miejsce do prowadzenia treningu uwzględnij zapewnienie sobie bezpiecznych odległości od możliwych przeszkód. Nie ustawiaj sprzętu w pobliżu ciągów komunikacyjnych (dróg, bram, przejść itp.).
- Zabrania się użytkowania sprzętu w bliskiej odległości od ściany. Strefa bezpieczeństwa wynosi 2000 mm i co najmniej takiej szerokości jak urządzenie.

UWAGA! W trakcie montażu urządzenia zachowaj ostrożność i nie pozwalaj przebywać w pobliżu dzieciom. Podczas montażu używane są drobne części (nakrętki, śruby itp.), które mogą zostać przez nie połknięte.

RYZYKO RESZTKOWE

- Po ograniczeniu ryzyka tylko 13 z ponad 230 przyczyn należy do „powszechnie akceptowanych”.
- W sytuacji, gdy zabezpieczenie przed upadkiem nie zostanie zastosowane lub zostanie, ale nieprawidłowo, istnieje ryzyko resztkowe, czyli upadek osoby powodujący otarcia skóry, siniaki, złamania lub, w najgorszym przypadku, śmierć.
- Istnieje ryzyko resztkowe niezamierzonego przecięcia osoby ćwiczącej spowodowanego nieprawidłową obsługą lub niewłaściwą oceną, a także nieprawidłowym przesłaniem danych (z powodu zakłóceń elektromagnetycznych, błędów oprogramowania itp.). Nawet najlepsze zabezpieczenie oprogramowania i sprzętu nie wyklucza błędów oprogramowania czy sprzętu i może teoretycznie spowodować przecięcie osoby ćwiczącej.
- Produkt jest urządzeniem elektrycznym, dlatego nie można wykluczyć porażenia prądem, które może doprowadzić do śmierci.
- Nie można wykluczyć ryzyka resztkowego uduszenia.
- Ryzyko można ograniczyć, stosując się do informacji o bezpieczeństwie zawartych w instrukcji obsługi.
- Nie można wykluczyć, że niezamierzone lub niedozwolone użycie spowoduje inne, nieuwzględnione ryzyko, a uwzględnione ryzyko zostało oszacowane nieprawidłowo.

W analizie ryzyka oceny dokonano na podstawie „stanu obecnego urządzenia”. Z przeprowadzonej oceny i kontroli produktu wynika, że prawdopodobieństwo wystąpienia niedopuszczalnego ryzyka jest bardzo niskie. Urządzenie (jego budowa, sposób działania oraz zastosowanie) nie powoduje — w normalnych warunkach — nieuzasadnionego ryzyka dla osoby ćwiczącej ani osób trzecich.

ZNAKI MANIPULACYJNE NA OPAKOWANIACH TRANSPORTOWYCH

Tą stroną w górę.
Nie przewracać.



Chronić przed upadkiem.



Ostrożnie, kruche.
Możliwość uszkodzenia.
Zachować ostrożność.



Chronić przed wilgocią.



Opakowanie nadające się do recyklingu.



Uwaga ciężki produkt.

OBSŁUGA

Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że urządzenie zostało prawidłowo zamontowane.

- Przed rozpoczęciem pierwszego treningu zapoznaj się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulacji urządzenia.
- Urządzenie posiada elementy, które mogą być narażone na korozję. Z tego powodu nie zaleca się, aby pozostawało w wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, aby sprzęt (szczególnie jego elementy wewnętrzne oraz elektroniczne) nie był narażony na kontakt z wodą, napojami, potem itp.
- Urządzenie jest przeznaczone tylko do prowadzenia treningu tylko przez osoby dorosłe i absolutnie nie jest zabawką dla dzieci. Jeśli na własną odpowiedzialność pozwolił z niego korzystać dzieciom, bezwzględnie poinstruj je o prawidłowym korzystaniu i stale nadzoruj.
- Sprzęt nie nadaje się do przeznaczenia terapeutycznego.
- Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szумы przy ruchu bezwładnym masy zamachowej pasa biegowego, które wynikają z rodzaju konstrukcji. Nie mają one żadnego wpływu na działanie sprzętu.
- Emisja hałasu podczas obciążenia jest większa niż bez obciążenia.
- Przed rozpoczęciem każdego treningu sprawdź prawidłowość zabezpieczeń oraz połączeń śrubowych i wtykowych.
- W czasie treningu na urządzeniu pamiętaj o odpowiednim obuwiu (buty sportowe).

MONTAŻ

Montaż urządzenia musi zostać przeprowadzony starannie przez osobę dorosłą. W przypadku wątpliwości poproś o pomoc kogoś z większym doświadczeniem w tej dziedzinie.

- Przed rozpoczęciem montażu upewnij się, czy zestaw z urządzeniem zawiera wszystkie elementy z listy części oraz czy jakieś elementy nie uległy zniszczeniu podczas transportu. W przypadku braku elementów lub zastrzeżeń skontaktuj się ze sprzedawcą.
- Zapoznaj się z rysunkami oraz objaśnieniami i dokonuj montażu zgodnie z kolejnością zawartą w instrukcji montażu.
- Zachowaj ostrożność podczas montażu. W trakcie korzystania z narzędzi i elementów istnieje ryzyko skaleczenia się.
- Pamiętaj o zachowaniu bezpiecznego otoczenia. Nie rozkładaj chaotycznie narzędzi i elementów montażowych. Pamiętaj, że folie i torby z tworzywa sztucznego stanowią zagrożenie uduszeniem się przez dzieci.
- Elementy montażowe potrzebne do wykonania danego kroku instrukcji montażu zostały przedstawione na rysunkach i objaśnieniach. Korzystaj z elementów wskazanych w instrukcji montażu.
- W pierwszych fazach montażu nie dokręcaj części do oporu. Zrób to po umieszczeniu wszystkich i upewnieniu się, że są prawidłowo osadzone.
- Producent zastrzega sobie prawo do wstępnego montażu niektórych elementów.

WYMIANA BATERII

Słabo widoczne informacje na wyświetlaczu komputera lub ich brak oznaczają konieczność wymiany baterii. Zdejmij osłonę baterii i wymień stare na dwie nowe. Umieszczając je w pojemniku na baterie przestrzegaj oznaczeń „+” oraz „-”. Jeśli po ponownym uruchomieniu



UWAGA! Zużyte baterie nie podlegają gwarancji. Zawierają szkodliwe substancje (jak np. kadm, rtęć, czy ołów), dlatego nie wyrzucaj ich do domowego pojemnika na śmieci. Zanieś je do odpowiedniego punktu na zużyte baterie.

ŚRODOWISKO



Urządzenie jest dostarczane w opakowaniu w celu ochrony przed ewentualnymi uszkodzeniami w czasie transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklingowane.



Wyrzucaj te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Chroń środowisko i nie wyrzucaj zużytych baterii do domowego kosza na śmieci. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych.

Zużyte urządzenie elektryczne (w tym licznik, zasilacz) są surowcami wtórnymi – nie wyrzucaj ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą one zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia i środowiska. Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych – zużytych urządzeń elektrycznych.

REGULACJE

<p>REGULACJA WYWAŻENIA ORAZ POZIOMOWANIE URZĄDZENIA</p>	<p>Aby uzyskać płynność i wygodę jazdy należy zadbać o stabilność roweru. Jeśli zauważysz podczas użytkowania, że rower jest niewyważony lub niewypoziomowany, wyreguluj stopki znajdujące się pod przednimi i tylnymi stabilizatorami. Aby to zrobić, użyj klucza by poluzować wkręt sześciokątny, obracając go zgodnie ze wskazówkami zegara. Po poluzowaniu wkręta obracaj stopkę poziomującą, aż znajdzie się na poziomie powierzchni, na której stoi rower. Po zakończeniu regulacji ponownie użyj klucza, by dokręcić wkręt sześciokątny, obracając go w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Jeżeli jest taka konieczność, powtórz proces na pozostałych stopkach poziomujących.</p>
<p>REGULACJA OPORU</p>	<p>Wyreguluj opór w rowerze za pomocą pokręta hamulca. Aby zwiększyć poziom oporu, obracaj pokrętkę w prawo (zgodnie z ruchem wskazówek zegara), aby go zmniejszyć, obracaj pokrętkę w lewo (przeciwnie do ruchu wskazówek zegara). Aby awaryjnie zahamować, wciśnij pokrętkę hamulca.</p>

REGULACJA SIODEŁKA	<p>Prawidłowa wysokość siodełka zwiększa efektywność ćwiczeń i zmniejsza ryzyko kontuzji. Regulacja siodełka do przodu lub do tyłu może pomóc w ćwiczeniu różnych partii mięśni.</p> <p>Ustaw pedały w pozycji pionowej (jeden pedał na dole, drugi na górze). Wsiądź na rower i umieść stopy na pedałach. Upewnij się, że noga umieszczona na dolnym pedale jest ułożona komfortowo. Jeżeli jest zbyt zgięta, podnieś siodełko. Jeżeli nie możesz osiągnąć pedału, lub twoja noga jest w przeproście, opuść siodełko.</p> <p>Aby wyregulować wysokość siodełka poluzuj dolną dźwignię zaciskową i podnieś lub opuść siodełko do żądanej pozycji. Upewnij się, że dźwignia wchodzi w odpowiedni otwór w sztycy. Nie podnoś sztycy powyżej miejsca oznaczonego STOP. Następnie dokręć mocno dźwignię obracając jej uchwyt zgodnie z ruchem wskazówek zegara.</p> <p>Aby wyregulować pozycję siodełka w poziomie poluzuj górną dźwignię zaciskową i przesunij siodełko do żądanej pozycji. Następnie dokręć mocno dźwignię obracając jej uchwyt zgodnie z ruchem wskazówek zegara.</p>
REGULACJA KIEROWNICY	<p>Aby wyregulować wysokość kierownicy, poluzuj dźwignię zaciskową i opuść lub podnieś kierownicę do żądanej pozycji. Upewnij się, że dźwignia wchodzi w odpowiedni otwór w sztycy kierownicy. Następnie dokręć mocno dźwignię obracając jej uchwyt zgodnie z ruchem wskazówek zegara.</p> <p>Aby wyregulować pozycję kierownicy w poziomie, poluzuj dźwignię zaciskową aby przesunąć kierownicę do żądanej pozycji. Następnie dokręć mocno dźwignię obracając jej uchwyt zgodnie z ruchem wskazówek zegara.</p>
REGULACJA KOSZYCZKÓW W PEDAŁACH	<p>Umieść przednią część stopy w koszyczku, aby przód buta ściśle przylegał do noska. Obróć pedał tak, by móc sięgnąć do niego ręką i pociągnij za pasek do regulacji, aż góra koszyczka będzie dobrze wylegać do buta. Włóż pasek z powrotem do klamerki. Tą samą czynność wykonaj dla koszyczka w drugim pedale.</p>
SCHODZENIE Z ROWERU	<p>UWAGA! Nie zsiadaj z roweru, ani nie zdejmuj stóp z pedałów, dopóki pedały nie zatrzymają się całkowicie. Możesz zatrzymać koło zamachowe w dowolnym momencie wciskając pokrętło hamulca.</p>
PRZENOSZENIE ROWERU	<p>Przed przeniesieniem roweru upewnij się, że kierownica jest odpowiednio zabezpieczona i nie ma w niej luzów. Jeżeli występują luzy w kierownicy, dokręć mocno dźwignie zaciskowe.</p> <p>Aby przesunąć rower, stań z przodu roweru, przed kierownicą. Mocno chwyć obie strony kierownicy i umieść jedną nogę na przedniej podstawie. Przechylaj rower do siebie, aż kółka transportowe nie dotkną podłoża. Z kołami na ziemi przetransportuj rower do żądanej lokalizacji a następnie delikatnie opuść go w dół, asekurowując stopą przednią podstawę.</p>

SCHEMAT MONTAŻOWY (Patrz strona 2)
UWAGA! Zabrania się używania części pochodzących z innych źródeł niż od producenta.

Nr	Opis	Ilość
1	Rama główna	1
2	Podstawa przednia	1
3	Zaślepka przedniej podstawy	2
4	Zaślepka tylnej podstawy	2
5	Stopka poziomująca	2
6	Śruba zamkowa M8x99	4
7	Podkładka płaska M8	6
8	Podkładka sprężynowa M8	4
9	Nakładka na śrubę	4
10	Nylonowa nakładka	2
11	Kółko	2
12	Podstawa tylna	1
13	Śruba imbusowa M8x44	2
14	Wkręt samogwintujący z wgłębieniem krzyżowym	2
15 L/R	Pedał lewy/prawy	1/1
16	Dźwignia zaciskowa	3
17	Tuleja	1
18	Sztyca	1
19	Wspornik siodełka	1
20	Korek rurowy	3
21	Mufa	4
22	Blok w kształcie litery V	1
23	Sześciokątna śruba blokująca	1
24	Wkręt z łbem sześciokątnym	2
25	Sztyca kierownicy	1
26	Kierownica	1
27	Dźwignia zaciskowa	1
28	Siodełko	1
29 L/R	Korba lewa/prawa	1/1
30	Pokrywa ochronna	1
31	Pokrętło hamulca	1
32	Płaska podkładka	1
33	Wkręt sześciokątny	2
34	Wewnętrzna śruba z łbem sześciokątnym M10x20	2
35	Wkręt z łbem krzyżowym	2
36	Podkładka płaska	2
37	Uchwyt na bidon	1
38	Bidon	1
39	Przewód czujnika	1
40	Komputer	1
41	Wkręt	4

KONSERWACJA SPRZĘTU

Regularnie dokonuj konserwacji urządzenia. Poniższe czynności przeprowadzaj nie rzadziej niż co 20 godzin jego pracy.

- Kontroluj ruchome części urządzenia. Jeśli nie są dostatecznie nasmarowane, użyj smaru do łożysk rowerowych.
- Kontroluj stan elementów takich jak śruby i nakrętki. Dbaj o to, by były dobrze dokręcone.
- Po każdym treningu wytrzyj pot z urządzenia. Zwróć uwagę na to, aby monitor nie miał kontaktu z wodą ani wilgocią.
- Do czyszczenia urządzenia używaj wyłącznie wody z mydłem. Nie stosuj środków czyszczących.
- Przechowuj urządzenie w suchym i ciepłym miejscu.
- Nie wystawiaj urządzenia na działanie promieni słonecznych.

TRENING I FAZY ĆWICZEŃ

Korzystanie z urządzenia dostarczy Ci wiele korzyści. Przede wszystkim poprawi Twoją kondycję, wzmocni mięśnie, a w połączeniu z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

1. ROZGRZEWKA

To faza, która poprawia krążenie krwi w całym ciele oraz przygotowuje mięśnie do wzmożonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko powstania skurczów oraz odniesienia kontuzji. Wskazane jest, aby wykonać kilka ćwiczeń rozciągających tak jak pokazano poniżej. Jeśli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.

ĆWICZENIA ROZCIĄGAJĄCE:

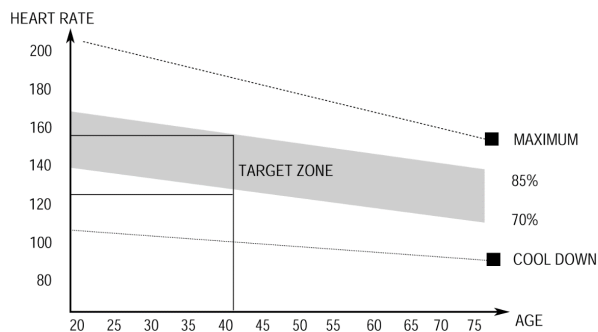
- **ROZCIĄGANIE WEWNĘTRZNYCH MIĘŚNI UD** Usiądź na płaskim podłożu ze zgiętymi nogami i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Złącz podeszwy stóp i zbliż je do siebie tak blisko jak to możliwe. Delikatnie naciśnij kolana kierując je w kierunku podłoża i wytrzymaj w tej pozycji przez 15 sekund.
- **ROZCIĄGANIE UD** Usiądź na płaskim podłożu. Wyprostuj prawą nogę, a podeszwę lewej stopy przyłóż do prawego uda. Wyciągnij prawą rękę w kierunku palców prawej nogi tak daleko jak to możliwe. Wytrzymaj przez 15 sekund. Powtórz czynność z lewą nogą.
- **SKRĘTY GŁOWY** Trzymaj głowę prosto patrząc przed siebie. Nie ruszając ramionami obróć ją w prawo i wyprostuj, a potem obróć w lewo i wyprostuj.
- **UNOSZENIE RAMION** Podnieś możliwie wysoko do góry lewą rękę i wytrzymaj przez kilka sekund. Powtórz czynność z prawą ręką.
- **ROZCIĄGANIE ŚCIĘGIEN ACHILLESA** Stań twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą. Pamiętaj, aby podczas ćwiczenia nie wyginać pleców w łuk.
- **SKŁONY** Stań w nogami złączonymi razem. Wykonaj skłon w przód starając się jak najbardziej zbliżyć klatkę piersiową do kolan. Wytrzymaj przez 15 sekund. Pamiętaj, aby nie zginać kolan.

2. FAZA ĆWICZEŃ

To właściwa faza treningu. Ćwicz we własnym tempie tak, aby osiągnąć adekwatne tętno do swojego wieku jak przedstawiono na wykresie.

3. FAZA ODPRĘŻENIA

Faza ta pozwala uspokoić krążenie i odprężyć mięśnie. Jest to powtórka ćwiczeń rozgrzewających. Należy pamiętać o tym, aby nie nadwyrężyć mięśni.



INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA

Przed użyciem proszę usunąć folię zabezpieczającą z ekranu komputera.

KOMPUTER (MODEL)

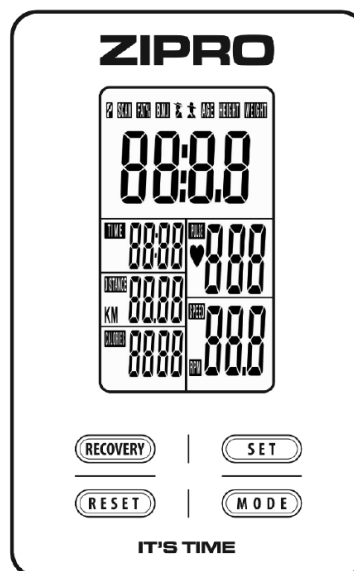
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Komputer włączy się, gdy koło zamachowe zostanie wprowadzone w ruch lub wciśnięty zostanie dowolny przycisk. Komputer wyłączy się automatycznie po 4 minutach bezczynności.

OPIS POSZCZEGÓLNYCH PRZYCISKÓW

- **SET** - służy do ustawienia wartości parametrów.
- **MODE** - umożliwia dokonanie wyboru parametru.
- **RESET** - służy do natychmiastowego zresetowania czasu, dystansu oraz kalorii.
- **RECOVERY** - pozwala monitorować Ci Twój poziom sprawności poprzez sprawdzenie w jakim tempie Twoje tętno wraca do tempa spoczynkowego po zakończeniu ćwiczeń.



FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

SCAN	Wyświetla kolejno na ekranie wszystkie mierzone parametry treningu.	co 6 sekund
TIME	Liczy łączny czas ćwiczeń od ich rozpoczęcia do zakończenia.	00:00-99:59 min
SPEED	Wyświetla aktualną prędkość.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Liczy łączny dystans od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń.	0,0-99,99 km
CALORIES	Liczy łączną liczbę spalonych kalorii od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń. (Pomiar jest przybliżony w celu porównania różnych sesji ćwiczeń, nie może być stosowany w leczeniu).	0,0-9999 kcal
RPM	Wyświetla kadencję (obroty na minutę).	0-999 obrotów/min
PULSE	Wyświetla aktualny puls.	30-230 BPM

USTAWIENIE WARTOŚCI DO ODLICZANIA

- Naciskając **MODE** ustaw na monitorze parametr, którego wartość chcesz osiągnąć podczas treningu: czas, dystans, ilość kalorii, puls.
- (Na wyświetlaczu powinna być widoczny sam parametr bez opcji **SCAN**.)
- Wielokrotnie naciskając przycisk **SET**, ustaw odpowiednią wartość i potwierdź przyciskiem **MODE**.
- Odliczanie rozpocznie się po rozpoczęciu pedałowania. Na monitorze wyświetli się strzałka w dół.
- Zakończenie odliczania, lub przekroczenie ustawionej wartości pulsu sygnalizuje dźwięk.

PULSE RATE

UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).

- Naciskaj przycisk **MODE** aż na ekranie wyświetli się **PULSE**.
- Komputer wykryje pas HRC automatycznie gdy będzie w pobliżu. W trakcie dokonywania pomiaru komputer wyświetli ikonę w kształcie serca.
- Po upływie 3 do 4 sekund komputer wyświetli aktualny puls.

FUNKCJA RECOVERY

- Wciśnij przycisk **RECOVERY**. Komputer wykryje pas HRC automatycznie gdy będzie w pobliżu. **UWAGA!** Funkcja zadziała wyłącznie wtedy, gdy komputer wykryje puls.
- Komputer wyświetli na ekranie czas (TIME) 1:00 (1 min) i rozpocznie odliczanie w dół. Nie zdejmuj rąk z czujników pulsu podczas odliczania.
- Po zakończeniu odliczania komputer wyświetli Twój wynik w zakresie F1-F6. Użyj tabelki poniżej by odczytać wynik:

F1	Wybitny
F2	Bardzo dobry
F3	Dobry
F4	Dostateczny
F5	Poniżej średniej
F6	Niedostateczny

- Wciśnij ponownie przycisk **RECOVERY** by wrócić do początku.

POŁĄCZENIE BLUETOOTH Z APLIKACJĄ MOBILNĄ

Komputer współpracuje z aplikacją iConsole+ Training .

Rozpocznij trening i ciesz się nowymi możliwościami:

- Pobierz aplikację.
- Włącz Bluetooth w swoim urządzeniu mobilnym. Włącz aplikację i wybierz w niej swoje urządzenie ZIPRO , z którym chcesz się połączyć.
- Kiedy ZIPRO połączy się z aplikacją, nastąpi wyłączenie komputera i jego ekran zgaśnie. Od tej pory zarządzasz ZIPRO przez swoje urządzenie mobilne.



Zainstaluj aplikację dla systemu iOS



Zainstaluj aplikację dla systemu Android

POŁĄCZENIE BLUETOOTH Z PASEM HR

Rower połączy się z pasem automatycznie, jeżeli wykryje aktywne akcesorium w pobliżu. Pomiar pulsu i korzystanie z funkcji **RECOVERY** możliwe jest jedynie z pasem piersiowym.

MOŻLIWE USZKODZENIA I TECHNIKI NAPRAWY

UWAGA! Otwarcie obudowy urządzenia bez wcześniejszego skontaktowania się z serwisem producenta powoduje utratę gwarancji. W przypadku podejrzenia wystąpienia usterki wymagającej otwarcia obudowy skontaktuj się z serwisem producenta.

Opis błędu	Możliwe przyczyny	Rozwiązanie
Urządzenie kołysze się	Urządzenia ustawione zostało na nierównej powierzchni. Pod podstawą urządzenia znajduje się przedmiot zakłócający równowagę.	Ustaw urządzenie na równej powierzchni. Wyreguluj stopki poziomujące. Usuń przedmiot zakłócający równowagę.
	Podstawy nie zostały poprawnie zamontowane.	Zamontuj poprawnie podstawy urządzenia. Wypoziomuj nakładki na tylnej podstawie.
	Nakładki na podstawie nie zostały poprawnie zamontowane i wypoziomowane.	Zamontuj poprawnie podstawę urządzenia. Wypoziomuj nakładki na podstawie.
Siodełko lub kierownica kołyszą się	Śruby i pokrętła sztycy siodełka lub kierownicy nie zostały dokręcone.	Dokręć śruby i pokrętło sztycy siodełka lub kierownicy.
Hałas podczas użytkowania	Niewłaściwie dokręcone elementy.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szумы przy ruchu bezwładnym masy zamachowej, które wynikają z rodzaju konstrukcji. Nie mają one żadnego wpływu na działanie sprzętu. Potencjalne szумы słyszalne podczas kręcenia pedałami w przeciwnym kierunku są uwarunkowane technicznie i nie powodują żadnych negatywnych konsekwencji.	
Hałas i brak płynności pracy	Uszkodzone łożyska.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
Brak odpowiedniego oporu podczas treningu	Poluzowany pas napędowy.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Wzrósł odstęp pomiędzy kołem zamachowym a magnesami.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
Informacje na wyświetlaczu są ledwo widoczne	Bateria zasilająca komputer rozładowała się.	Wymień baterie w wyświetlaczu.
Brak reakcji komputera podczas pedałowania na urządzeniu	Kabel komputera nie został prawidłowo podłączony.	Poprawnie podłącz kabel komputera.
	Kabel komputera uległ przytrzaśnięciu/ przetarciu.	Skontaktuj się z serwisem producenta.

GWARANCJA

Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży. Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień Kupującego wynikających z Ustawy o prawach konsumenta.

KARTA GWARANCYJNA - Patrz strona 108.**WARUNKI GWARANCJI**

1. Reklamacji i gwarancji podlegają wyłącznie wady ukryte powstałe z winy producenta.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - ważnej czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętką sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży,
 - reklamowanego towaru lub wadliwej części.

W przypadku zakupu na odległość, karta gwarancyjna jest ważna wyłącznie na podstawie dokumentu zakupu (paragon / faktura).
3. Reklamacja zostanie rozpatrzona w terminie do 14 dni od momentu zgłoszenia wady przez Klienta.
4. Wady fabryczne i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
5. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres realizacji naprawy gwarancyjnej może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
6. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania, niewłaściwego montażu i konserwacji,
 - uszkodzenia i zużycie elementów eksploatacyjnych takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka.
 - czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
7. Gwarancja nie ma zastosowania w następujących przypadkach:
 - upływu terminu ważności,
 - dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - gdy powstała wada wynika z nieprawidłowej instalacji lub na skutek nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji opisanych w instrukcji obsługi,
 - użytkownika innego niż użytkownik domowy,
 - uszkodzeń powstałych w transporcie.
8. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
9. W ramach gwarancji klient ma prawo żądać następujących rodzajów świadczonego bezpłatnie zadośćuczynienia:
 - naprawy produktu,
 - wymiany produktu,
 - obniżenia ceny,
 - rozwiązania umowy i pełnego zwrotu poniesionych kosztów.
10. W celu zgłoszenia reklamacji należy:
 - a. Przedstawić produkt lub jego część, której dotyczy gwarancja.
 - b. Dowód zakupu określający nazwę i adres sprzedającego, datę i miejsce zakupu, rodzaj produktu lub ważną kartę gwarancyjną z pieczętką sklepu.
 - c. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
11. W przypadku pozytywnego rozpatrzenia reklamacji sprzęt zostanie naprawiony lub wymieniony na nowy lub zostaną klientowi zwrócone pieniądze. Koszty transportu towaru do klienta pokrywa serwis producenta.
12. W przypadku odrzucenia reklamacji gwarancyjnej, klient otrzyma szczegółowe uzasadnienie podjętej decyzji oraz w terminie do 14 dni od momentu przekazania decyzji, sprzęt zostanie odesłany do klienta na jego koszt.

Dear user,
please, read the manual before assembling and using the device for the first time. The manual contains important safety, operational, and maintenance information. Keep it for future reference related to the maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power	AA battery
Weight	57,1 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°Ct
Maximum user weight	130 kg
Class	H
Accuracy class	C
Speed	0,0-99,9 km/h
Product standard (primary)	EN 20957-1:2013
Intended use	Spin bike for home use

SAFETY

CAUTION! The device may be used solely for its intended purpose that is as a training device for adults. Any other use may be dangerous. The manufacturer accepts no liability for any damage caused by the misuse of the device.

- The device has been designed and produced using the latest safety findings. Hazardous elements that can potentially cause injury were eliminated or secured.
- Do not attempt to repair or modify the product yourself.
- Check bolt, screw, and nut tightness once every month or two months.
- To ensure long-term safety, have the device checked and serviced regularly (once a year) by a professional point of sale.
- Any modifications not described in the manual may cause damage or pose a direct threat to the health and life of the user. The device may be modified solely by employees of manufacturer's technical service or persons trained by the service.
- All devices are part of our innovative development process in order to guarantee high quality. The manufacturer reserves the right to introduce technical modifications.
- Any questions or doubts regarding the device can be handled by an expert point of sale.

CAUTION! Inform any bystanders about the hazards occurring when the device is used. Be extremely cautious when children are around.

CAUTION! Before starting a training consult a doctor to make sure it will be safe for you to use the device. You can develop a training plan with an expert. Inappropriate training programme or excessive exercise may pose a hazard to your health and life.

WARNING! Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over-exercising may result in serious injury or death. If you feel faint, stop exercising immediately.

CAUTION! Strictly follow the training recommendations in the manual.

- The set-up of the saddle and the handlebar needs to take into account the physical features of the user to ensure a comfortable and correct training position.
- When choosing the training location take into account safe distances to any potential obstacles. Do not place the device near paths or traffic (roads, gates, passages, etc.).
- Do not use the product close to a wall. The safety zone is 2000 mm long and not narrower than the device.

CAUTION! Be careful during the assembly and do not let children near the assembly area. They may ingest small parts used during the assembly (nuts, bolts, etc.).

RESIDUAL RISK

- Only 13 out of over 230 causes are 'generally acceptable' following risk controls.
- If no fall safeguard is applied or it is applied incorrectly, there is a residual risk of falling resulting in skin abrasions, bruises, bone fractures, or even death.
- There is a residual risk of unintended over-exercising caused by incorrect operation or judgement, and also incorrect communication (due to electromagnetic interference, software error, etc.). Even the best software and equipment safeguards cannot prevent software or equipment errors, which can, in theory, cause over-exercise.
- The product is an electric device. Therefore, electric shock, potentially leading to death, is possible.
- The residual risk of suffocation cannot be prevented.
- It can be mitigated by following safety information in the operating manual.
- Unintended or prohibited use may cause other risks not specified here. The specified risk may have been estimated incorrectly.

The risk analysis assessment has been performed on the device 'as is'. The product assessment and control intricate that the probability of unacceptable risk is very low. The device (its design, operation, and use) does not cause unreasonable risk for the user or third parties under normal circumstances.

TRANSPORT PACKAGING HANDLING MARKS



This side up. Do not tip over.



Handle with care.



Fragile. Prone to damage. Proceed with caution.



Protect from humidity.



Recyclable packaging.



Attention, heavy product.

OPERATION

Make sure the device has been assembled correctly before starting the training.

- Before your first training, get familiar with all the functions and adjustments available for the device.
- Some parts of the device may corrode. It is, therefore, inadvisable to leave the device in a room with a high moisture content. Take care not to allow the device (in particular internal and electronic components) to be exposed to water, beverages, sweat, etc.
- The device is intended for adult training and is NOT a toy. If you allow children to use it at your own discretion, you must provide them with instructions of appropriate use and ensure constant supervision.
- This is not a therapeutic device.
- Slight humming noise may be heard during operation due to the inertial movement of the flywheel caused by the structure. It does not affect the operation of the device. For exercise bikes and elliptical trainers, any possible humming noises heard when rotating the pedals backwards occur for technical reasons and have no negative consequences.
- Noise emissions are greater when loaded.
- Before each training, make sure the protective devices are operational and bolt and plug connections are tight.
- Wear appropriate (sports) shoes during the training.

ASSEMBLY

The device must be assembled carefully by an adult. In case of doubt, ask a more experienced person for help.

- Prior to the assembly, make sure the set contains all the listed elements and whether none of the parts was damaged during transport. If any parts are missing or you have any other reservations, contact the seller.
- Have a look at the drawings and explanations and follow the assembly manual when assembling the device.
- Be careful during the assembly. There is a risk of injury when using the tools and parts.
- Remember to keep your surroundings safe. Do not let tools and parts lie around in chaos. Remember that plastic foil and bags pose a suffocation risk to small children.
- Assembly parts necessary for a specific step in the assembly manual are shown in pictures and included in instructions. Use the elements indicated in the assembly manual.
- Do not tighten parts completely during the first stages of the assembly. Tighten connections after all parts are placed and fitted properly.
- The manufacturer may have assembled some parts.

CAUTION! Use of spare parts other than those produced by the manufacturer voids the warranty. Parts from other suppliers may be used for repairs after the warranty period.

REPLACING BATTERIES

Poor display view or no information displayed at all means the batteries need to be replaced.

Remove the battery cover and replace the old batteries with two new ones. When replacing the batteries, respect the '+' and '-' polarities. If the display does not operate correctly after a restart, remove the batteries for a few minutes and insert them back.



CAUTION! Used batteries are out of the scope of the warranty. They contain harmful substances (such as cadmium, mercury, or lead) and should not be thrown away with household waste. Dispose of them in an appropriate battery recycling centre.

ENVIRONMENT



The device is delivered in a package to protect it against any possible transport damage. The packaging is made from non-processed material and can be recycled. Throw the materials to appropriate colour containers for selective waste collection.



Protect the environment and do not throw used batteries into household wastes. Return them to the point of sale or a special recycling centre.

Used electrical equipment (including the computer and power supply) are recyclable. Do not throw them out with household waste as they may contain substances dangerous to the health and environment. You can actively contribute to sustainable use of natural resources and the protection of the natural environment by handing the used device to a recycling centre for used electrical devices.

ADJUSTMENTS

<p>HOW TO ADJUST BALANCE</p>	<p>To make your rides smooth and comfortable, the bike has to be stable. If you notice that the bike is imbalanced during use, adjust the feet under the front and rear stabilisers. To do it, loosen the hexagonal screw with a spanner by rotating it clockwise. When the screw is loose, rotate the level foot until it is level with the surface. After adjustments, use the spanner to tighten the hexagonal screw by rotating it counterclockwise. If necessary, repeat for the other level feet.</p>
<p>HOW TO ADJUST RESISTANCE</p>	<p>Adjust the resistance with the brake knob. To increase resistance, rotate the knob right. To reduce resistance, rotate the knob left. Press the brake knob for emergency braking.</p>
<p>HOW TO ADJUST THE SADDLE</p>	<p>The right saddle height improves exercise efficiency and reduces the risk of injuries. Shifting the saddle to the front or rear will activate different muscle groups. Set the pedals vertically (one up and one down). Sit on the bike and put your feet on the pedals. Make sure the foot in the lower pedal is comfortable. If it is excessively bent, lift the saddle up. If you cannot reach the pedal or experience hyperextension in your leg, lower the saddle. To adjust the saddle height, loosen the lower quick release clamp and raise or lower the saddle as required. Make sure that the lever fits into the opening in the post. Do not raise the post above the STOP mark. Then tighten the lever by rotating the handle clockwise. To adjust the horizontal saddle position, loosen the lower quick release clamp and move the saddle as required.</p>

	Then tighten the lever by rotating the handle clockwise.
HOW TO ADJUST THE HANDLEBAR	To adjust the handlebar height, loosen the quick release clamp and raise or handlebar as required. Make sure that the lever fits into the hole in the handlebar post. Then tighten the lever by rotating the handle clockwise. To adjust the horizontal handlebar position, loosen the quick release clamp to move the handlebar as required. Then tighten the lever by rotating the handle clockwise.
HOW TO ADJUST THE CLIPS	Put your shoe into the clip so that the front presses firmly against the clip. Rotate the pedal to reach it with your hand and pull on the strap until the top part of the clip presses well against the shoe. Feed the strap through the clasp again. Repeat for the other pedal.
GETTING OFF THE BIKE CAUTION!	Never get off the bike or even remove your feet from the pedals before they come to a complete standstill. You can stop the flywheel any time by pressing the brake knob.
HOW TO MOVE THE BIKE	Before moving the bike, make sure the handlebar is secure and fitted tightly. In the case of any play, tighten the quick release clamps. To move the bike, stand in front of the handlebar. Firmly grip both parts of the handlebar and put one foot on the front base. Tilt the bike towards you until the handling wheels touch the ground. With the wheels on the ground, move the bike to its destination and then carefully lower it with your foot on the front base.

ASSEMBLY DIAGRAM

ATTENTION! Do not use parts other than those provided by the manufacturer.

No.	Description	Quantity
1	Main frame	1
2	Front base	1
3	Front base cap	2
4	Rear base cap	2
5	Level foot	2
6	Step bolt M8x99	4
7	Flat washer M8	6
8	Spring washer M8	4
9	Bolt cap	4
10	Nylon cap	2
11	Wheel	2
12	Rear base	1
13	Allen bolt M8x44	2
14	Cross-recess self-tapping screw	2
15 L/R	Left/right pedal	1/1
16	Quick release clamp	3
17	Sleeve	1
18	Post	1
19	Saddle bracket	1
20	Pipe cap	3
21	Sleeve	4
22	V block	1
23	Hexagonal lock bolt	1
24	Hexagonal screw	2
25	Handlebar post	1
26	Handlebar	1
27	Quick release clamp	1
28	Saddle	1
29 L/R	Left/right crank	1/1
30	Protective cover	1
31	Brake knob	1
32	Flat washer	1
33	Hexagonal screw	2
34	Hexagonal socket head bolt M10x20	2
35	Cross-recess screw	2
36	Flat washer	2
37	Bottle holder	1
38	Bottle	1
39	Sensor cable	1
40	Computer	1
41	Screw	4

MAINTENANCE

Carry out maintenance activities at regular intervals. The tasks listed below should be carried out at least every 20 hours of operation.

- Check moving parts of the device. If they need lubrication, use a bicycle bearing grease.
- Check the conditions of such parts as bolts and nuts. Make sure they are tight.
- Wipe the sweat off the device after each training. Make sure the display does not come in contact with water or moisture.
- Clean the product with soapy water only. Do not use cleaning agents.
- Store the device in a dry and warm place.
- Do not expose the device to direct sunlight.

TRAINING AND PHASES

The use of the device is very beneficial. It will improve your physical condition, strengthen your muscles, and when combined with the right diet, it will help burn excess fat tissue.

1. WARM-UP

This phase improves blood circulation in the whole body and prepares the muscles for intensive work. It reduces the risk of cramps and injuries. It is advisable to do some stretching exercises as shown below. If you feel pain, stop exercising or reduce the extent of the move.

STRETCHING EXERCISES:

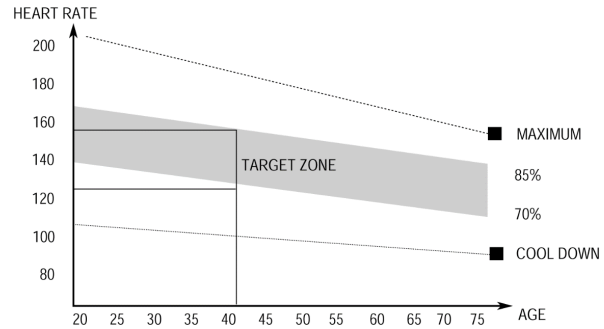
- **STRETCHING INNER THIGH MUSCLES** Sit on a flat surface with your legs bent and knees pointing outwards. Put feet soles together and get them as close to you as possible. Slightly push the knees downwards and hold for 15 seconds.
- **THIGH STRETCHING** Sit on a flat surface. Straighten the right leg and press the sole of the left foot against the thigh. Stretch your right arm towards the toes of the right leg as far as possible. Hold for 15 seconds. Repeat for the left leg.
- **HEAD SIDE-TO-SIDE** Keep your head straight looking forwards. Keep your shoulders still, and rotate the head right. Return your head so that you are looking straight. Next, rotate it left and back to the starting point.
- **SHOULDERS UP-AND-DOWN** Lift the left hand as high as possible and hold for a few seconds. Repeat for the right hand.
- **ACHILLES TENDON STRETCHING** Stand facing a wall. Extend the left foot forward and bend the knee a little. Keep your right leg straight and back, with the heel on the ground. Keep both heels flat on the ground and push your hips towards the wall. Hold for 30 seconds. Repeat with the right leg extended. Remember not to arch your back during the exercise.
- **BENDS** Stand up with your legs together. Bend forwards trying to get your chest as close to the knees as possible. Hold for 15 seconds. Remember not to bend the knees.

2. EXERCISE PHASE

This is the exercise proper. Maintain your own pace to reach the heart rate appropriate for your age as shown in the chart below.

3. RELAXATION PHASE

This phase helps steady the circulation and relax the muscles. It is identical to the warm-up phase. Remember not to strain your muscles.



COMPUTER MANUAL

Remove the safety film from the display before use.

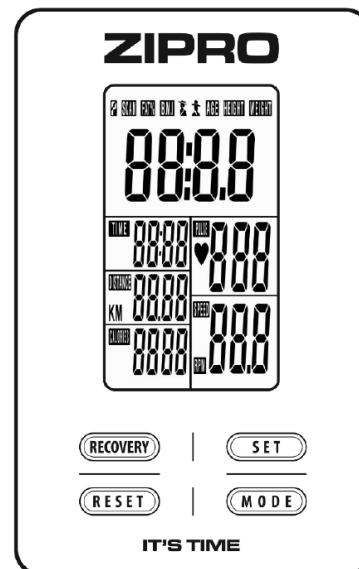
COMPUTER (MODEL)
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

The computer is switched on when the flywheel moves or any button is pressed. The computer is switched off after four minutes of inactivity.

BUTTONS

- **SET** – sets parameter values.
- **MODE** – selects the parameter.
- **RESET** – resets time, distance, and calories immediately.
- **RECOVERY** – helps you monitor your fitness by measuring how fast your heart rate slows down to the resting heart rate.



FUNCTIONS (SPECIFICATION)

SCAN	Displays all measured training parameters in a cycle.	every 6 seconds
TIME	Total exercise duration, from the start to the end.	00:00-99:59 min
SPEED	Displays the current speed.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Total distance from the start to the end of the exercise.	0,0-99,99 km
CALORIES	Total calories burnt from the start to the end of the exercise. (The measurement is an approximation for comparing training sessions. Do not use for medical purposes).	0,0-9999 kcal
RPM	Displays cadence (revolutions per minute).	0-999 RPM
PULSE	Displays the current heart rate.	30-230 BPM

SETTING COUNTDOWN VALUES

- Press the **MODE** button repeatedly to select the parameter you want to base your training on: time, distance, calories, or the upper heart rate value.
- (The display should show only the parameter, without the SCAN option.)
- Press **SET** multiple times to set the value and confirm it with **MODE**.
- The countdown starts when you start pedalling. A down arrow will be displayed on the screen.
- When the countdown is over, or you reach the set heart rate value, the device makes a sound.

PULSE RATE

ATTENTION! The heart rate is measured for sports purposes only (not for medical use).

- Press **MODE** until the display shows PULSE.
- Put both your hands on the heart rate sensors on the handlebar. During the measurement, the computer displays a heart icon.
- The computer displays the current heart rate after three to four seconds.

RECOVERY

- Press **RECOVERY** and put your hands on the heart rate sensor. **CAUTION!** The test is possible only if the computer detects a heartbeat.
- The computer will display **TIME 1:00** (1 minute) and start a countdown. Keep your hands on the heart rate sensor during the countdown.
- After the countdown, the computer will display your result from F1 to F6. Use the table below to read your result:

F1	Outstanding
F2	Very good
F3	Good
F4	Average
F5	Below average
F6	Concerning

- Press **RECOVERY** again to return.

MOBILE APP BLUETOOTH PAIRING

The computer is compatible with iConsole+ Training.

Start your training and enjoy new possibilities:

- Download the app.
- Enable Bluetooth on your mobile device.
- Start the app and select the ZIPRO device you want to pair.
- When ZIPRO is connected with the app, the computer is turned off and the screen goes blank. From now on, you control ZIPRO through your mobile device.



Application for **Android**

HR BELT BLUETOOTH CONNECTION

The bike will connect to the HR belt automatically if it detects an active accessory nearby. Pulse measurement and use of the **RECOVERY** function is only possible with a chest belt.

TROUBLESHOOTING

CAUTION! Opening the housing of the device without a prior contact with a manufacturer's service voids the warranty. If you suspect a failure that requires the housing to be opened, contact manufacturer's service.

Error description	Possible causes	Solution
The device rocks to sides	The device was placed on an uneven surface. There is an object disrupting the balance under the base of the device.	Place the device on an even surface. Adjust the level feet. Remove the object that upsets the balance.
	The bases have not be assembled correctly.	Assembly the bases correctly. Level the caps on the rear base.
	Caps on the base have not been installed and levelled correctly.	Assembly the rear base correctly. Level the caps on the base.
The saddle or handlebar sway	column or handlebar column have not been tightened.	Tighten the bolts and knob of the saddle or handlebar column.
Noise during use	Incorrectly tightened elements.	Contact the manufacturer's service.
	Slight humming noise may be heard during operation due to the inertial movement of the flywheel caused by the nature of the structure. It does not affect the operation of the device. Any possible humming noises heard when rotating the pedals backwards occur for technical reasons and have no negative consequences.	
Noise and uneven operation	Bearings damaged.	Contact the manufacturer's service.
Lack of appropriate resistance during training	Drive belt loose.	Contact the manufacturer's service.
	The distance between the flywheel and the magnets increased.	Contact the manufacturer's service.
Information on the display is barely visible.	The computer battery is low on energy.	Replace the batteries.
The computer does not respond to pedalling.	The computer cable is not connected correctly.	Reconnect the computer cable.
	The computer cable has been pinched or worn out.	Contact the manufacturer's service.

WARRANTY

On behalf of the Warrantor, the seller grants a 24-month warranty in the territory of the Republic of Poland starting on the date of sale. The warranty for the product does not exclude, limit, or suspend any rights of the Buyer under the Consumer Rights Act.

WARRANTY CARD - See page 108.

WARRANTY TERMS AND CONDITIONS

1. The warranty covers only latent defects attributable to the manufacturer.
2. The claim shall be processed by the point of sale or technical service under the warranty if the customer produces:
 - a valid and clear warranty card filled in properly with a sale stamp and signature of the seller,
 - a valid proof of purchase with the date of sale,
 - the reported product or defective part.

In the case of a remote purchase, the warranty card is valid solely with a proof of purchase (receipt/invoice).
3. The claim is resolved within 14 days of the report by the Customer.
4. Manufacturing defects identified in the warranty period shall be repaired free of charge within 21 days following the delivery of the product to the point of sale or technical service.
5. If it is necessary to import parts for the repair, the warranty repair period may be extended by the time necessary to import the part, not longer than by 40 days.
6. Warranty exclusions:
 - mechanical damage and related defects,
 - damage and defects resulting from misuse and inappropriate storage, assembly, and maintenance,
 - damage and wear of such consumable elements as cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, and upholstery,
 - activities related to the assembly or maintenance that are user's obligation in accordance with the manual.
7. The warranty shall not apply when:
 - it is past its validity period,
 - the customer had repaired or modified the product using non-genuine parts,
 - the defect resulted from incorrect installation or a failure to follow the rules of correct operation in accordance with the manual,
 - the product is used for purposes other than household use,
 - damage occurred during transport.
8. No duplicates of the warranty card are issued.
9. The customer is entitled to the following compensation free of charge:
 - product repair,
 - product replacement,
 - reduced price,
 - termination of a contract and full cost compensation.
10. To report a claim:
 - a. Present the product or its reported part.
 - b. Present the proof of purchase with the name and address of the seller, date and place of purchase, type of product, or a valid warranty card with a stamp of the point of sale.
 - c. If the product is delivered dirty, the technical service may refuse to accept it or clean it at customer's cost following their written approval.
11. If the claim is accepted, the device is repaired or replaced with a new one, or the customer is reimbursed. Transport cost from the service to the customer is covered by a manufacturer's service.
12. If the claim is rejected, the customer is provided with a detailed justification for the decision and the equipment is sent to them at their cost within 14 days following the provision of the decision.

Lieber Nutzer,

lesen Sie bitte vor Beginn der Montage und der ersten Nutzung des Geräts diese Bedienungsanleitung. Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen zu der Sicherheit des Nutzers und der Wartung des Trainingsgeräts. Bewahren Sie sie auf, um auf die Informationen zur der Wartung zurückgreifen zu können oder Ersatzteile zu bestellen.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	AA battery
Gewicht	57,1 kg
Betriebstemperatur	0°C to +40°C
Lagertemperatur	-10°C to +60°Ct
Maximales Benutzergewicht	130 kg
Anwendungsklasse	H
Genauigkeitsklasse	C
Geschwindigkeit	0,0-99,9 km/h
Produktnorm (Hauptnorm)	EN 20957-1:2013
Verwendungszweck	Spinning-Heimtrainer für den Heimgebrauch

SICHERHEIT

ACHTUNG! Das Trainingsgerät darf nur für den bestimmungsgemäßen Gebrauch verwendet werden, d. h. für das Training von erwachsenen Personen. Jegliche anderen Verwendung des Geräts können zu Gefahren führen. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch den unsachgemäßen Gebrauch des Geräts verursacht wurden.

- Das Gerät wurde nach den neuesten Erkenntnissen auf dem Gebiet der Sicherheit entwickelt und konstruiert. Gefährliche Komponenten, die möglicherweise eine Gefahr für Verletzungen darstellen können, wurden beseitigt oder verhältnismäßig geschützt.
- Eigenständig vorgenommene Reparaturen und Änderungen sind unzulässig.
- Überprüfen Sie alle ein oder zwei Monate den korrekten Halt der Befestigungsschrauben, Schrauben und Muttern.
- Um die Sicherheit dauerhaft zu gewährleisten, muss das Gerät regelmäßig (d. h. einmal pro Jahr) in einem Fachhandel überprüft und gewartet werden.
- Alle Änderungen am Gerät, die nicht in diesem Handbuch beschrieben sind, können Schäden verursachen oder unmittelbar die Gesundheit und das Leben des Trainierenden gefährden. Änderungen am Gerät dürfen nur durch das Servicepersonal des Herstellers oder Personen vorgenommen werden, die durch den Hersteller in diesem Bereich geschult worden sind.
- Alle Trainingsgeräte werden stetig weiterentwickelt, um Ihnen eine hohe Qualität gewährleisten zu können. Aus diesem Grund behält sich der Hersteller das Recht vor, technische Änderungen vorzunehmen.
- Bei Fragen oder Zweifel in Bezug auf das Gerät wenden Sie sich bitte an einen Fachhandel. Any questions or doubts regarding the device can be handled by an expert point of sale.

ACHTUNG! Personen, die sich während der Nutzung des Geräts in der Nähe aufhalten, müssen vor den möglichen Gefahren gewarnt werden. Seien Sie besonders vorsichtig in Gegenwart von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen, um sicherzustellen, dass keine medizinischen Kontraindikationen für das Training auf dem Gerät vorhanden sind. Basierend auf der Bewertung eines Experten können Sie Ihren Trainingsplan aufstellen. Ein falsch ausgewähltes Trainingsprogramm sowie eine übermäßige Belastung des Körpers können für Ihre Gesundheit und Ihr Leben gefährlich sein.

WARNUNG! Puls-Überwachungssysteme sind möglicherweise ungenau. Eine Übermüdung während des Trainings kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tode führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, sollten Sie das Training sofort abbrechen.

ACHTUNG! Befolgen Sie stets die Trainingsanweisungen, die in dieser Bedienungsanleitung enthalten sind.

- Die Positionierung Lenkers und Sattels muss die individuellen physischen Bedingungen des Trainierenden berücksichtigen, um eine bequeme und korrekte Position für das Training sicherzustellen.
- Berücksichtigen Sie bei der Auswahl des Trainingsortes die Sicherheitsabstände von möglichen Hindernissen. Stellen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Tore, Passagen usw.) auf.
- Es ist verboten, das Gerät in naher Entfernung zu Wänden zu benutzen. Die Sicherheitszone beträgt 2000 mm und mindestens die Breite des Geräts

ACHTUNG! Gehen Sie bei der Montage des Geräts mit Vorsicht vor und achten Sie darauf, dass sich keine Kinder in der Nähe aufhalten. Bei der Montage werden kleine Teile (Muttern, Schrauben usw.) verwendet, die von ihnen verschluckt werden können.

RESTRISIKO

- Nach der Einschränkung des Risikos gehören nur 13 von über 230 Ursachen zu den „allgemein akzeptierten“.
- In der Situation, wenn der Schutz gegen Sturz nicht angewandt oder unsachgemäß angewandt wird, besteht ein Restrisiko, also der Sturz der Person, der zu Schürfwunden auf der Haut, Blutergüssen, Knochenbrüchen oder im schlimmsten Fall zum Tode führen kann.
- Es besteht das Restrisiko der unbeabsichtigten Überlastung der trainierenden Person, verursacht durch die unsachgemäße Bedienung oder falsche Einschätzung, sowie falsche Datenübertragung (aufgrund von elektromagnetischen Störungen, Softwarefehler usw.). Sogar der beste Schutz der Software und des Geräts schließt Fehler von Software oder Gerät nicht aus, und kann theoretisch zu einer Überlastung der trainierenden Person führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, deshalb kann ein Stromschlag, der zum Tode führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Das Restrisiko des Erstickens kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann beschränkt werden, durch die Einhaltung der in der Bedienungsanleitung enthaltenen Sicherheitshinweise.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass ein unbeabsichtigter oder unzulässiger Gebrauch zu

- einem anderen, nicht berücksichtigten Risiko führt, und ein berücksichtigtes Risiko falsch eingeschätzt wurde.

Bei der Risikoanalyse wurde die Bewertung auf Grundlage des „derzeitigen Gerätezustands“ vorgenommen. Aus der durchgeführten Bewertung und Kontrolle des Geräts folgt, dass die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten eines unzulässigen Risikos sehr niedrig ist. Das Gerät (sein Aufbau, seine Funktionsweise und Anwendung) führen — unter normalen Bedingungen — zu keinem unbegründeten Risiko für die trainierende Person oder Dritte.

HANDHABUNGS-SYMBOLLE AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN



Diese Seite nach oben.
Nicht umdrehen.



Vor Sturz schützen.



Achtung, zerbrechlich.
Beschädigung möglich.
Vorsicht ist geboten.



Vor Feuchtigkeit schützen.



Zum Recycling
geeignete Verpackung.



Achtung schweres Produkt.

BEDIENUNG

Vergewissern Sie sich, bevor Sie mit dem Training beginnen, dass das Gerät ordnungsgemäß montiert ist.

- Machen Sie sich vor Beginn des ersten Trainings mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut.
- Das Gerät verfügt über Bauteile, die anfällig gegen Korrosion sein können. Aus diesem Grund ist es nicht empfehlenswert, das Trainingsgerät in einem feuchten Raum aufzubewahren. Es sollte ebenfalls sichergestellt werden, dass das Gerät (insbesondere die internen und elektronischen Bauteile) nicht in Kontakt mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. kommen.
- Das Gerät ist nur für das Training nur von erwachsenen Personen bestimmt und stellt absolut kein Spielzeug für Kinder dar. Falls Sie auf eigene Gefahr hin Kindern jedoch erlauben sollten, das Gerät zu benutzen, müssen sie unbedingt angewiesen werden, wie sie das Trainingsgerät richtig verwenden. Außerdem müssen Sie ununterbrochen beaufsichtigt werden.
- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Während des Betriebs des Geräts kann es bei der Bewegung des Schwungrads zu einem leisen Rauschen kommen, was aus der Konstruktionsart resultiert. Diese Geräusche beeinträchtigen die Funktion des Gerätes jedoch nicht. Im Fall von Heimtrainern und Crosstrainern sind mögliche Geräusche, die beim Treten der Pedale entgegen dem Uhrzeigersinn zu hören sind, technisch bedingt und verursachen keine negativen Folgen.
- Die Lärmemission während der Belastung ist höher als ohne Belastung.
- Überprüfen Sie vor jedem Training die korrekte Einstellung der Sicherheitseinrichtungen sowie den festen Sitz der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings auf dem Gerät das richtige Schuhwerk (Sportschuhe) tragen.

MONTAGE

Die Montage des Geräts muss auf sorgfältige Weise durch einen Erwachsenen durchgeführt werden. Falls Sie Zweifel haben, dann bitten Sie jemanden mit mehr Erfahrung in diesem Bereich um Hilfe.

- Stellen Sie vor Beginn der Montage sicher, dass der Gerätesatz alle Elemente aus der Stückliste enthält und dass keine Elemente während des Transports beschädigt wurden. Falls Artikel nicht vorhanden sind oder Sie Vorbehalte haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.
- Machen Sie sich mit den Zeichnungen und Erläuterungen vertraut und führen Sie die Montage gemäß der in der Montageanleitung enthaltenen Schritte vor.
- Gehen Sie während der Montage mit Vorsicht vor. Bei der Nutzung von Werkzeugen und Bauteilen besteht eine Verletzungsgefahr.
- Denken Sie daran, eine sichere Umgebung zu bewahren. Achten Sie darauf, Werkzeuge und Montageteile nicht ungeordnet liegen zu lassen. Denken Sie daran, dass Kunststofffolien und -beutel eine Erstickungsgefahr für Kinder darstellen.
- Die Montageelemente, die benötigt werden, um den gegebenen Schritt der Montageanleitung auszuführen, sind in den Abbildungen und Erläuterungen dargestellt. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Teile.
- Ziehen Sie in den ersten Montagephasen die Teile nicht fest. Ziehen Sie sie fest, nachdem Sie alle eingesetzt haben und sicherstellen haben, dass sie richtig sitzen.
- Der Hersteller behält sich das Recht vor, einige Elemente vorzumontieren.

CAUTION! Die Montage von Ersatzteilen, die aus einer anderen Quelle bezogen wurden als dem Hersteller, führt zum Erlöschen der Garantie. Die Montage von Ersatzteilen, die aus einer anderen Quelle bezogen wurden, ist nach dem Ablauf der Gewährleistungsfrist zulässig.

BATTERIEWECHSEL

Falls die Informationen auf dem Trainingscomputer schlecht sichtbar sind oder nicht mehr angezeigt werden, bedeutet das, dass die Batterien ausgewechselt werden müssen.

Entfernen Sie die Batterieabdeckung und ersetzen Sie die alten durch zwei neue. Beachten Sie beim Einlegen in einen Batteriebehälter die Zeichen „+“ und „-“. Wenn der Trainingscomputer nach dem Neustart weiterhin nicht ordnungsgemäß funktioniert, entnehmen Sie die Batterien für einige Minuten und setzen Sie sie danach wieder ein.



ACHTUNG! Altbatterien fallen nicht unter die Garantie. Sie enthalten schädliche Substanzen (wie Cadmium, Quecksilber oder Blei) und dürfen daher nicht im Haushaltsabfall entsorgt werden. Entsorgen Sie sie an einen entsprechenden Sammelpunkt für Altbatterien.

UMWELT



Das Trainingsgerät wird zwecks Schutz vor eventuellen Beschädigungen während des Transports in einer Verpackung geliefert. Das Verpackungsmaterial besteht unverarbeiteten Rohstoffen und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese Materialien in den entsprechenden, farbigen Behältern zur getrennten Müllsammlung.



Schützen Sie die Umwelt und entsorgen Sie verbrauchte Batterien nicht im Hausmüll. Bringen Sie sie zum Kaufort zurück oder entsorgen Sie sie an einen separaten Sammelpunkt.

Elektroaltgeräte (einschließlich Zähler, Stromversorgung) sind sekundäre Rohstoffe - entsorgen Sie sie nicht im Hausmüll, da sie gesundheits- und umweltgefährdende Stoffe enthalten können. Wir bitten Sie um eine aktive Mithilfe beim sparsamen Umgang mit natürlichen Ressourcen und dem Schutz der natürlichen Umwelt, indem Sie das Altgerät zu einem Lagerpunkt für sekundäre Rohstoffe – Elektroaltgeräte bringen.

EINSTELLUNG

WUCHTUNGSREGELUNG	<p>Um die Reibungsfreiheit und den Komfort der Fahrt zu gewährleisten, ist die Stabilität des Rads zu gewährleisten. Wenn Sie während des Gebrauchs feststellen, dass das Rad nicht gewuchtet ist, stellen Sie die kleinen Füße unter den vorderen und hinteren Stabilisatoren entsprechend ein.</p> <p>Um das zu tun, verwenden Sie den Schlüssel, um die Sechskantschraube zu lockern, indem Sie diese im Uhrzeigersinn drehen (Richtung A). Nach dem Lockern der Schraube drehen Sie den Nivellierfuß, bis er sich eben auf der Fläche befindet, auf der das Rad steht. Nach Beendigung der Einstellung, verwenden Sie den Schlüssel, um die Sechskantschraube festzuziehen, indem Sie diese gegen den Uhrzeigersinn drehen (Richtung B).</p> <p>Bei Bedarf den Vorgang an den übrigen Nivellierfüßen wiederholen.</p>	<p>Um die Lenkerhöhe zu regeln, lockern Sie den Klemmhebel und heben oder senken Sie den Lenker auf die gewünschte Position. Vergewissern Sie sich, dass der Hebel in die entsprechende Öffnung in der Lenkerstütze hineingeht. Anschließend Hebel stark festziehen, seinen Griff im Uhrzeigersinn drehend.</p> <p>Um die horizontale Lenkerposition zu regeln, lockern Sie den Klemmhebel um den Lenker in die gewünschte Position zu verschieben. Anschließend Hebel stark festziehen, seinen Griff im Uhrzeigersinn drehend.</p>
WIDERSTANDS-ANPASSUNG	<p>Regeln Sie den Widerstand im Rad mithilfe des Bremsdrehreglers.</p> <p>Um das Widerstandsniveau zu erhöhen, drehen Sie den Regler nach rechts (im Uhrzeigersinn), um dieses zu verringern, drehen Sie den Regler nach links (gegen den Uhrzeigersinn).</p> <p>Für eine Notbremsung drücken Sie den Bremsdrehregler.</p>	<p>Heben Sie den vorderen Teil im Korb, damit die Vorderseite des Schuhs eng an der Spitze anliegt. Drehen Sie das Pedal so, um es mit der Hand greifen zu können und ziehen Sie am Einstellgurt, bis die Oberseite des Korbs gut am Schuh anliegt. Legen Sie den Gurt zurück in die Klammer.</p> <p>Führen Sie dieselbe Tätigkeit für den Korb im zweiten Pedal durch.</p>
SATTELEINSTELLUNG	<p>Die richtige Sattelhöhe erhöht die Effektivität des Trainings und reduziert das Verletzungsrisiko. Die Satteleinstellung nach vorne oder hinten kann beim Trainieren unterschiedlicher Muskelpartien helfen.</p> <p>Stellen Sie die Pedale in der senkrechten Position ein (ein Pedal unten, das zweite oben). Setzen Sie sich auf das Rad und legen Sie die Füße auf die Pedale. Vergewissern Sie sich, dass das am</p>	<p>unteren Pedal aufliegende Bein bequem positioniert ist. Wenn es zu stark abgebogen ist, sollten Sie den Sattel heben. Wenn Sie nicht bis zum Pedal reichen, oder Bein ausgestreckt ist, senken Sie den Sattel.</p> <p>Um die Sattelhöhe zu regeln, lockern Sie den unteren Klemmhebel und heben oder senken Sie den Sattel auf die gewünschte Position. Vergewissern Sie sich, dass der Hebel in die entsprechende Öffnung in der Stütze hineingeht. Heben Sie die Stütze nicht über die als STOP markierte Stelle an. Anschließend Hebel stark festziehen, seinen Griff im Uhrzeigersinn drehend.</p> <p>Um die horizontale Sattelposition zu regeln, lockern Sie den oberen Klemmhebel und verschieben Sie den Sattel in die gewünschte Position. Anschließend Hebel stark festziehen, seinen Griff im Uhrzeigersinn drehend.</p> <p>Steigen Sie nicht vom Rad und nehmen Sie die Füße nicht von den Pedalen, bis die Pedale nicht vollständig zum Halt gekommen sind.</p> <p>Sie können das Schwungrad jederzeit durch Drücken des Bremsdrehreglers anhalten.</p> <p>Vergewissern Sie sich vor dem Transport des Rads, dass der Lenker entsprechend gesichert ist und kein Spiel aufweist. Wenn Spiel im Lenker auftritt, ziehen Sie die Klemmhebel gut fest.</p> <p>Um das Rad zu verschieben, stellen Sie sich vor das Rad, vor den Lenker. Greifen Sie fest beide Lenkerseiten und stellen Sie ein Bein auf den vorderen Fuß. Kippen Sie das Rad zu sich, bis die Transporträder den Boden berühren. Bewegen Sie das Rad mit den Rädern am Boden an den gewünschten Ort und senken Sie es anschließend sanft ab, den vorderen Fuß mit Ihrem Fuß sichernd.</p>

MONTAGESCHEMA

ACHTUNG! Es ist verboten, Teile zu verwenden, die aus anderen Quellen als vom Hersteller stammen.

NR	BESCHREIBUNG	MENGE
1	Hauptrahmen	1
2	Vorderer Fuß	1
3	Vordere Fußblende	2
4	Hintere Fußblende	2
5	Nivellierfuß	2
6	Schlossschraube M8x99	4
7	Flache Unterlegscheibe M8	6
8	Federscheibe M8	4
9	Schraubenaufsatz	4
10	Nylonkappe	2
11	Rad	2
12	Hintere Fuß	1
13	Innensechskantschraube M8x44	2
14	Selbstschneidende Schraube mit Kreuzvertiefung	2
15 L/R	Pedal links / rechts	1/1
16	Klemmhebel	3
17	Hülse	1
18	Stütze	1
19	Sattelstütze	1
20	Rohrstopfen	3
21	Sleeve	4
22	Muffe	1
23	V-förmiger Block	1
24	Sechskant-Verriegelungsschraube	2
25	Schraube mit Sechskantkopf	1
26	Lenkerstütze	1
27	Lenker	1
28	Klemmhebel	1
29 L/R	Kurbel links / rechts	1/1
30	Schutzabdeckung	1
31	Bremsdrehregler	1
32	Flache Unterlegscheibe	1
33	Sechskantschraube	2
34	Innenschraube mit Sechskantkopf M10x20	2
35	Kreuzkopfschraube	2
36	Flache Unterlegscheibe	2
37	Trinkflaschenhalter	1
38	Trinkflasche	1
39	Sensorleitung	1
40	Computer	1
41	Schraube	4

WARTUNG DES TRAININGSGERÄTS

Führen Sie regelmäßig eine **Wartung des Geräts** aus.

Führen Sie die unten beschriebenen Tätigkeiten nicht seltener als nach je 20 Arbeitsstunden des Geräts aus.

- Überprüfen Sie die beweglichen Teile des Geräts. Falls diese nicht ausreichend geschmiert sind, verwenden Sie ein Schmiermittel für Fahrradlager.

- Kontrollieren Sie den Zustand von Komponenten wie Schrauben und Muttern. Stellen Sie sicher, dass diese gut festgezogen sind.
- Wischen Sie nach jedem Training den Schweiß vom Gerät ab. Achten Sie darauf, dass der Bildschirm nicht mit Wasser oder Feuchtigkeit in Berührung kommt.
- Verwenden Sie nur Seifenwasser für die Reinigung des Geräts. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel.
- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen und warmen Ort.
- Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.

TRAINING UND TRAININGSPHASEN

Die Nutzung des Trainingsgeräts bietet Ihnen viele Vorteile. Zuerst wird es Ihre Kondition verbessern, Ihre Muskeln stärken und in Kombination mit der richtigen Ernährung unnötiges Fett verbrennen.

1. AUFWÄRMEN

Diese Phase verbessert die Blutzirkulation im ganzen Körper und bereitet die Muskeln für eine höhere Anstrengung vor. Es reduziert außerdem das Risiko von Krämpfen und Verletzungen. Es ist ratsam, mehrere Dehnübungen, wie unten gezeigt, durchzuführen. Wenn Sie Schmerzen verspüren, beenden Sie das Training oder reduzieren Sie die Intensität der Bewegung.

DEHNÜBUNGEN:

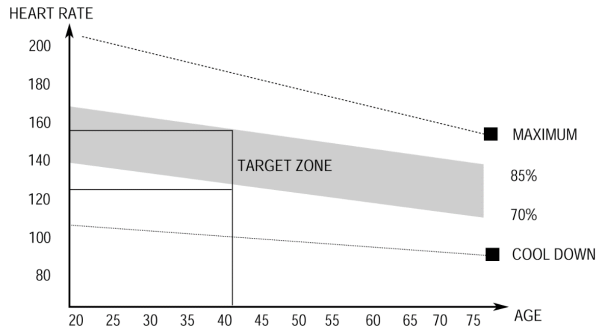
- **DEHNUNG DER INNEREN OBERSCHENKELMUSKELN** Setzen Sie sich mit gebeugten Beinen und Knien, die nach außen gerichtet sind, auf eine flache Oberfläche. Verbinden Sie die Fußsohlen und bringen Sie sie so nah wie möglich zusammen. Drücken Sie die Knie sanft auf den Boden und halten Sie diese Position für 15 Sekunden.
- **DEHNUNG DER OBERSCHENKEL** Setzen Sie sich auf eine flache Oberfläche. Strecken Sie das rechte Bein und lege Sie die Sohle Ihres linken Fußes auf den rechten Oberschenkel. Strecken Sie Ihre rechte Hand so weit wie möglich zu den Zehen des rechten Beines. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden. Wiederholen Sie die Übung für das linke Bein.
- **KOPFDREHUNGEN** Halten Sie den Kopf gerade und schauen Sie nach vorne. Drehen Sie den Kopf nach rechts, ohne dabei die Schultern zu bewegen, drehen Sie den Kopf wieder nach vorne und drehen Sie ihn dann nach links und danach nach vorne.
- **ANHEBEN DER SCHULTERN** Heben Sie die linke Hand so weit wie möglich und halten Sie sie für einige Sekunden in dieser Position. Wiederholen Sie die Übung mit der rechten Hand.
- **DEHNUNG DER ACHILLESSEHNEN** Stehen Sie Gesicht zur Wand, bewegen Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten - gerade, mit der Ferse flach auf dem Boden liegend. Halten Sie beide Füße flach auf dem Boden und drücken Sie das Becken in Richtung der Wand. Halten Sie diese Position für 30 Sekunden. Wiederholen Sie die Übung mit dem rechten Bein nach vorne. Achten Sie darauf, den Rücken während der Übung nicht bogenförmig zu wölben
- **RUMPFBEUGEN** Stellen Sie sich mit beiden Beinen zusammengestellt hin. Beugen Sie sich nach vorne und versuchen Sie den Brustkorb so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden. Achten Sie darauf, dass Sie die Beine nicht beugen.

2. TRAININGSPHASE

Das ist die Phase des eigentlichen Trainings. Trainieren Sie in Ihrem eigenen Tempo, um einen angemessenen Puls für Ihr Alter zu erreichen, der in der Tabelle unten gezeigt wird.

3. ABKÜHLUNGSPHASE

Diese Phase ermöglicht, dass die Blutzirkulation beruhigt wird und die Muskeln sich entspannen. Es handelt sich hierbei um eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Achten Sie darauf, Ihre Muskeln nicht zu überstrapazieren.



BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN TRAININGSCOMPUTER
Nehmen Sie vor dem Gebrauch die Schutzfolie vom Computerbildschirm ab.

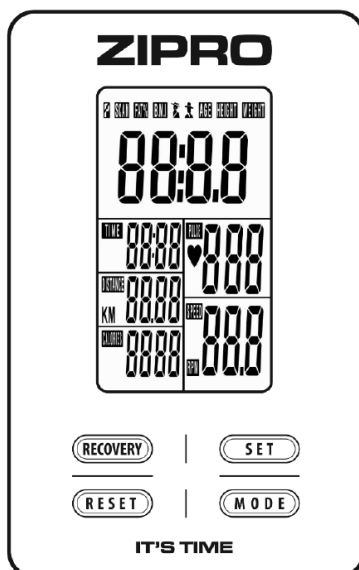
KOMPUTER (MODELL)
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Der Computer schaltet sich ein, wenn das Schwungrad gedreht oder eine beliebige Taste gedrückt wird. wird ein Aufwärtspfeil angezeigt. Der Computer schaltet sich nach 4 Minuten der Inaktivität automatisch aus.

BESCHREIBUNG DER EINZELNEN TASTEN

- **SET** - - dient zum Einstellen der Parameterwerte.
- **MODE** - ermöglicht die Auswahl des Parameters.
- **RESET** - dient dem sofortigen Zurücksetzen der Zeit, Distanz und Kalorien.
- **RECOVERY** - ermöglicht Ihnen die Überwachung Ihres Effizienzniveaus durch die Überprüfung, in welchem Tempo Ihr Puls zum Ruhetempo nach Abschluss des Trainings zurückkehrt.



FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION)

SCAN	Alle gemessenen Trainingsparameter werden nacheinander auf dem Bildschirm angezeigt.	je 4 Sekunden
TIME	Zeigt die Gesamtzeit des Trainings von dessen Beginn bis zum Abschluss an.	00:00-99:59 min
SPEED	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Zeigt die gesamte Distanz von dem Beginn des Trainings bis zu dessen Abschluss an.	0,0-99,99 km
CALORIES	Zeigt den gesamten Kalorienverbrauch von dem Beginn des Trainings bis zu dessen Abschluss an. (Es handelt sich um eine annähernde Messung, die zum Vergleich verschiedener Trainingseinheiten dient, aber nicht für Behandlungszwecke verwendet werden darf.)	0,0-9999 kcal
RPM	Zeigt die Trittfrequenz (Umdrehungen pro Minute [RPM]) an	0-999 RPM
PULSE	Zeigt den aktuellen Puls an.	30-230 BPM

EINSTELLUNG DER COUNTDOWN-WERTE

- Durch Drücken von **MODE** stellen Sie auf dem Monitor den Parameter ein, den Sie während des Trainings erreichen möchten: Zeit, Entfernung, Anzahl der Kalorien oder Puls-Obergrenze. (Auf dem Display sollte nur der Parameter ohne die Option SCAN sichtbar sein.)
- Stellen Sie durch mehrfaches Drücken der **SET**-Taste den entsprechenden Wert ein und bestätigen Sie mit der Taste **MODE**.
- Der Countdown beginnt, sobald Sie zu treten beginnen. Auf dem Monitor erscheint ein AbwärtsPfeil.
- Das Ende des Countdowns oder das Überschreiten des eingestellten Pulswerts wird durch einen Ton signalisiert.

PULSE RATE

ACHTUNG! Die Puls-Messung dient ausschließlich zu sportlichen Zwecken (eine medizinische Anwendung wird ausgeschlossen).

- Drücken Sie die **MODE**-Taste, bis PULSE auf dem Bildschirm angezeigt wird.
- Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren des Lenkers. Der Computer zeigt während einer Messung ein herzförmiges Symbol an.
- Nach 3 bis 4 Sekunden zeigt der Computer den aktuellen Puls an.

RECOVERY-FUNKTION

- Drücken Sie die **RECOVERY**-Taste und legen Sie die Hände auf die Pulssensoren. **ACHTUNG!** Die Funktion ist nur dann aktiv, wenn der Computer einen Puls erkennt.
- Der Computer zeigt die Zeit (**TIME**) 1:00 (1 min) auf dem Bildschirm an und beginnt mit dem Countdown. Nehmen Sie die Hände nicht von den Pulssensoren, während der Countdown läuft.
- Nach abgeschlossenem Countdown zeigt der Computer Ihr Ergebnis im Bereich F1-F6 an. Verwenden Sie die nachstehende Tabelle, um das Ergebnis abzulesen:

F1	Hervorragend
F2	Sehr gut
F3	Gut
F4	Befriedigend
F5	Unterhalb des Durchschnitts
F6	Nicht genügend

- Drücken Sie erneut die RECOVERY-Taste, um zum Anfang zurückzukehren

BLUETOOTH-VERBINDUNG MIT DER MOBILEN APP

Der Computer arbeitet mit der Anwendung iConsole+ Training.

Beginnen Sie mit dem Training und genießen Sie neue Möglichkeiten:

- Anwendung herunterladen.
- Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem mobilen Gerät ein.
- Starten Sie die Anwendung und wählen Sie Ihr ZIPRO-Gerät aus, mit dem Sie eine Verbindung herstellen möchten.
- Wenn ZIPRO eine Verbindung zur Anwendung herstellt, wird der Computer heruntergefahren und der Bildschirm wird ausgeschaltet. Von nun an verwalten Sie ZIPRO über Ihr mobiles Gerät.



Anwendung für iOS



Anwendung für Android

BLUETOOTH-VERBINDUNG MIT DEM HR-GÜRTEL

Das Fahrrad verbindet sich automatisch mit dem HR-Gurt, wenn es ein aktives Zubehörteil in der Nähe erkennt. Die Pulsmessung und die Nutzung der RECOVERY-Funktion sind nur mit einem Brustgurt möglich.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

ACHTUNG! Das Öffnen des Gehäuses des Geräts ohne vorherige Kontaktaufnahme mit dem Herstellerservice führt zum Erlöschen der Garantie. Wenn ein Fehler auftritt, der das Öffnen des Gehäuses erfordert, wenden Sie sich bitte an die Serviceabteilung des Herstellers.

Fehlerbeschreibung	Mögliche Ursachen	Lösungen
Das Gerät schwenkt	Das Gerät wurde auf einer unebenen Oberfläche aufgestellt. Unter dem Gerät befindet sich ein Gegenstand, der das Gleichgewicht des Geräts stört.	Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Oberfläche. Nivellierfüße einstellen. Entfernen Sie den Gegenstand, der das Gleichgewicht stört.
	Die Füße wurden nicht ordnungsgemäß montiert.	Montieren Sie die Füße des Geräts ordnungsgemäß. Bringen Sie die Auflagen auf dem hinteren Fuß in Waage.
	Die Auflagen auf dem Fuß wurden nicht ordnungsgemäß montiert und in Waage gebracht.	Montieren Sie den Fuß des Geräts ordnungsgemäß. Nivellieren Sie die Auflagen auf dem Fuß.
Der Sattel oder der Lenker schwenken	Die Schrauben und Knebelgriffe der Sattel- oder Lenkerkolumne sind nicht festgezogen.	Ziehen Sie die Schrauben und Drehgriffe der Sattel- oder Lenkerkolumne fest.
Lärm während der Nutzung	Unsachgemäß angezogene Komponenten.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
	Während des Betriebs des Geräts kann es bei der Bewegung des Schwungrads zu einem leisen Rauschen kommen, was aus der Konstruktionsart resultiert. Diese Geräusche beeinträchtigen die Funktion des Gerätes jedoch nicht. Mögliche Geräusche, die beim Treten der Pedale entgegen dem Uhrzeigersinn zu hören sind, sind technisch bedingt und verursachen keine negativen Folgen.	
Lärm und mangelnde Laufruhe	Beschädigte Lager	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
Adäquater Widerstand während des Trainings ist nicht vorhanden	Looser Antriebsriemen.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
	Der Abstand zwischen dem Schwungrad und den Magneten hat sich vergrößert.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
Die Informationen auf dem Display sind kaum sichtbar	Die den Computer versorgende Batterie ist leer.	Ersetzen Sie die Batterien im Display
Fehlende Reaktion des Computers während des Tretens der Pedale am Gerät	Das Computerkabel wurde nicht richtig angeschlossen.	Schließen Sie das Computerkabel korrekt an.
	Das Computerkabel wurde eingeklemmt/abgerieben.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.

GARANTIE

Der Verkäufer gewährt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Republik Polen für einen Zeitraum von 24 Monaten ab dem Verkaufsdatum. Die Garantie für die verkauften Waren schließt die Rechte des Käufers gemäß dem Gesetz über Verbraucherrechte nicht aus, beschränkt diese nicht und setzt sie nicht aus

GARANTIEKARTE - Siehe Seite 108.

GARANTIEBEDINGUNGEN

1. Der Reklamation und Garantie unterliegen lediglich versteckte Mängel, die auf Verschulden des Herstellers beruhen.
2. Die Garantie wird vom Geschäft oder Service anerkannt, wenn der Kunde folgendes vorlegt:
 - gültige, lesbar und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers;
 - gültiger Kaufnachweis mit Kaufdatum;
 - reklamiertes Gerät oder defektes Teil.

Beim Fernkauf ist die Garantiekarte nur auf Basis des Kaufbelegs (Quittung / Rechnung) gültig
3. Die Reklamation wird innerhalb von 14 Tagen ab dem Datum der Reklamationsmeldung durch den Kunden berücksichtigt geprüft.
4. Fabrikmängel und Schäden, die während der Garantiezeit festgestellt werden, werden innerhalb von 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung an das Geschäft oder die Servicestelle kostenlos repariert.
5. Wenn ein Teil importiert werden muss, kann sich hierdurch eine Verlängerung der für die Ausführung der Garantiereparatur notwendigen Zeit ergeben, jedoch nicht länger als um 40 Tage.
6. Folgendes ist nicht durch die Garantie umfasst:
 - mechanische Schäden und durch diese verursachte Defekte;
 - Schäden und Mängel, die auf unsachgemäße Verwendung und Lagerung, unsachgemäße Montage und Wartung zurückzuführen sind;
 - Beschädigung und Verschleiß von Verschleißteilen, wie: Kabel, Gurte, Gummielemente, Pedale, Schaumstoffgriffe, Räder, Lager, Polster;
 - Tätigkeiten im Zusammenhang mit der Montage und Wartung, die der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung eigenständig durchführen muss.
7. Die Garantie gilt in den folgenden Fällen nicht:
 - Ablauf des Garantiezeitraums;
 - Eigenständige Reparaturen und Modifikationen mit nicht originalen Teilen, die durch den Kunden durchgeführt wurden;
 - wenn ein Defekt aufgrund einer unsachgemäßen Installation oder aufgrund der Nichteinhaltung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen Richtlinien für die sachgemäße Nutzung auftritt;
 - einer anderen Verwendung als für den häuslichen Gebrauch;
 - Transportschäden.
8. Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
9. Im Rahmen der Garantie hat der Kunde das Recht, folgende kostenlose Nachbesserungsleistungen zu verlangen:
 - Reparatur des Produkts;
 - Auswechseln des Produkts;
 - Preisreduktion;
 - Kündigung des Vertrages und volle Erstattung der entstandenen Kosten.
10. Um eine Reklamation anzumelden, müssen Sie folgendes tun:
 - a. Das Produkt oder den Teil, den die Garantie betrifft, vorlegen.
 - b. Kaufnachweis mit Angabe von Name und Adresse des Verkäufers, Datum und Ort des Kaufs, Art des Produkts oder eine gültige Garantiekarte mit dem Stempel des Geschäfts.
 - c. Im Falle der Lieferung eines schmutzigen Produkts kann die Servicestelle die Annahme verweigern oder das Gerät auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung reinigen.
11. Bei positivem Ergebnis der Prüfung der Reklamation wird das Gerät repariert oder gegen ein neues ausgetauscht oder dem Kunden wird das Geld zurückerstattet. Die Kosten für Transport des Produkts zum Kunden werden vom Service des Herstellers gedeckt.
12. Wird der Garantieantrag abgelehnt, erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung und das Gerät wird dem Kunden innerhalb von 14 Tagen nach der Entscheidung auf Kosten des Kunden zurückgesendet.

Уважаемый пользователь,

Ознакомьтесь с нижеследующим руководством перед началом сборки и первым использованием устройства. Настоящее руководство содержит важную информацию о безопасности, эксплуатации и техническом обслуживании устройства. Сохраните его, чтобы иметь возможность воспользоваться

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Питание	Батарея AA
Вес	57,1 кг
Рабочая температура	от 0°C до +40°C
Температура хранения	от -10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	130 кг
Класс эксплуатации	Класс H
Класс точности	Класс C
Скорость	0,0-99,9 км/ч
Стандарт продукции (основной)	EN 20957-1:2013
Назначение	Спиннинговый велотренажер для домашнего использования

информацией относительно технического обслуживания или заказа сменных запчастей. БЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ! Устройство может использоваться исключительно по назначению, т. е. как тренажер для взрослых. Любое другое использование устройства может быть опасным.

Производитель не может нести ответственность за ущерб, вызванный неправильным использованием устройства.

- Устройство спроектировано и сконструировано на основе новейших знаний в области безопасности. Опасные элементы, которые потенциально могут представлять угрозу травмирования, устранены или относительно защищены.
- Самостоятельный ремонт и изменения не допускаются.
- Ежемесячно или каждые два месяца необходимо проверять правильность затяжки болтов, винтов и гаек.
- С целью надежного обеспечения безопасности следует регулярно (т.е. один раз в год) проверять и обслуживать устройство в специализированном торговом центре.
- Все изменения, внесенные в устройство, которые не описаны в этом руководстве, могут быть причиной повреждений или непосредственно угрожать здоровью и жизни упражняющегося лица. Изменения в устройство могут вноситься только работниками сервисного центра производителя или подготовленными для этого лицами.
- Все устройства постоянно совершенствуются с целью обеспечения высокого качества. По этой причине производитель оставляет за собой право вносить технические изменения.
- Любые вопросы или сомнения, связанные с оборудованием, должны направляться в специализированный торговый центр. Any questions or doubts regarding the device can be handled by an expert point of sale.

ВНИМАНИЕ! Лица, находящиеся поблизости в ходе использования оборудования, должны быть предупреждены о возможных опасностях. Будьте особенно осторожны в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Прежде чем начать выполнять упражнения проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что у вас нет каких-либо медицинских противопоказаний для выполнения тренировок на устройстве. Основываясь на заключении специалиста, можете разработать свой план тренировок. Неправильно выбранная программа или чрезмерные упражнения могут быть опасны для Вашего здоровья и жизни.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ! Системы мониторинга сердечного ритма могут быть неточными. Переутомление во время тренировок может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы почувствовали слабость, немедленно прекратите тренировку.

ВНИМАНИЕ! Обязательно следуйте инструкциям по выполнению тренинга, содержащихся в настоящем руководстве.

- Установка руля и седла должны учитывать индивидуальные физические особенности упражняющегося лица, чтобы занять удобную и правильную позицию для упражнений.
- Выбирать место для проведения тренинга необходимо таким образом, чтобы обеспечить безопасное расстояние от возможных препятствий. Не устанавливайте устройство вблизи путей сообщения (дорог, ворот, проходов и т. п.).
- Запрещается использовать оборудование в непосредственной близости от стены. Зона безопасности составляет 2000 мм и шириной не меньше ширины беговой устройства.

ВНИМАНИЕ! Будьте осторожны при сборке устройства и не позволяйте детям быть рядом. Во время сборки используются мелкие детали (гайки, винты и т. п.), которые могут быть проглочены ими.

ОСТАТОЧНЫЕ РИСКИ

- После снижения риска только 13 из более чем 230 причин являются „общеприемлемыми“.
- В ситуации, когда защита от падения не применяется или применяется неправильно, существует остаточный риск, например, падение человека, приводящее к ссадинам, синякам, переломам или, в самом худшем случае, к смерти.
- Существует остаточный риск непреднамеренной перегрузки тренирующегося лица, вызванной неправильной эксплуатацией или неправильной оценкой, а также неправильной передачей данных (из-за электромагнитных помех, ошибки программного обеспечения и т. п.). Даже самая лучшая защита программного обеспечения и оборудования не исключает ошибки программного обеспечения или аппаратных ошибок и теоретически могут привести к чрезмерным нагрузкам у тренирующегося.
- Изделие является электрическим устройством, поэтому нельзя исключать поражение электрическим током, которое может привести

- к смерти.
- Нельзя исключить остаточный риск удушья.
- Риск можно ограничить, следуя рекомендациям по безопасности, содержащимся в инструкции по эксплуатации.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или несанкционированное использование создаст другие непредвиденные риски, а учтенные риски были оценены неправильно.

При анализе рисков оценка проведена на основе „текущего состояния устройства“. Из проведенной оценки и проверки изделия следует, что вероятность возникновения неприемлемого риска очень мала. Устройство (его строение, способ действия и применение) не создает (при нормальных условиях) необоснованного риска для тренирующегося лица или третьих лиц.

ЗНАКИ НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ, КАСАЮЩИЕСЯ СПОСОБА ОБРАЩЕНИЯ С ГРУЗОМ

	Этой стороной вверх. Не кантовать.		Не допускать падения.
	Осторожно, хрупкое. Угроза повреждения. Соблюдайте осторожность.		Предохранять от попадания влаги.
	Упаковка пригодна для вторичной переработки.		Внимание, большой вес.

ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Прежде чем начать тренинг, убедитесь, что устройство правильно собрано.

- Перед началом первого тренинга ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство имеет элементы, которые могут подвергаться коррозии. По этой причине не рекомендуется оставлять его в сыром помещении. Также необходимо следить за тем, чтобы устройство (особенно его внутренние и электронные элементы) не контактировали с водой, напитками, потом и т. п.
- Устройство предназначено только для выполнения тренинга только взрослыми лицами и не является игрушкой для детей. Если вы на собственную ответственность разрешаете детям использовать его, обязательно проинструктируйте их о правильном его использовании и постоянно присматривайте за ними.
- Устройство не предназначено для терапевтического использования.
- Во время работы устройства могут возникать слабые шумы при инерциальном движении маховика, которые связаны с типом конструкции. Потенциальные шумы, слышимые при вращении педалей велотренажеров и орбитреков в противоположном направлении, связаны с техническими особенностями и не приводят к каким-либо негативным последствиям.
- Уровень шума при нагрузке больше, чем без нагрузки.
- Перед началом тренинга проверьте правильность предохранительных устройств, а также винтовые и штифтовые соединения.
- Во время тренинга на устройстве помните о соответствующей обуви (спортивные кроссовки).

СБОРКА

Собирать устройство должен взрослый и делать это тщательно. Если возникли сомнения, попросите помощь кого-нибудь, у кого больше опыта в этом.

- Перед началом сборки убедитесь, что комплект содержит все элементы из списка деталей и не повреждены ли они при транспортировке. В случае отсутствия элементов или возникновении замечаний, обратитесь к продавцу.
- Ознакомьтесь с рисунками и пояснениями и выполните сборку в порядке, указанном в инструкции по сборке.
- Соблюдайте осторожность при сборке. При использовании инструментов и элементов существует опасность ранения.
- Следует помнить о поддержании безопасной среды. Не раскладываете хаотично инструменты и элементы сборки. Помните, что пластиковые пленки и кульки представляют опасность удушья для детей.
- Элементы сборки, необходимые для выполнения данного шага инструкции по сборке, представлены на рисунках и пояснениях. Используйте элементы, указанные в инструкции по сборке.
- На первых этапах сборки не затягивайте детали до упора. Сделайте это после установки всех деталей и убедитесь, что они правильно установлены.
- Производитель оставляет за собой право на предварительный монтаж некоторых элементов.

ВНИМАНИЕ! Монтаж запасных частей других производителей приводит к потере гарантии. Монтаж деталей других производителей разрешен в случае истечения гарантийного срока.

ЗАМЕНА БАТАРЕЙКИ

Плохо видимая информация на дисплее компьютера или ее отсутствие означает, что батарее необходимо заменить

Снимите крышку батарейного отсека и замените старые на две новые. При размещении их в батарейном отсеке следуйте указателям „+“ и „-“. Если после перезапуска дисплей не работает должным образом, выньте батарейки на несколько минут, а затем снова вставьте их.



ВНИМАНИЕ! Гарантия не распространяется на использованные батарейки. Они содержат вредные вещества (такие как кадмий, ртуть или свинец), поэтому не выбрасывайте их в контейнер для бытовых отходов. Отнесите их в соответствующий пункт приема использованных батареек.

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА



Устройство поставляется в упаковке, чтобы предотвратить возможное повреждение во время транспортировки. Упаковка - это необработанное сырье, которое может быть переработано. Выбрасывайте эти материалы в соответствующие цветные контейнеры для раздельного сбора.



Охраняйте окружающую среду и не выбрасывайте использованные батареи в корзину для бытовых отходов. Возвращайте их по месту покупки или сдавайте в специальные пункты сбора вторичного сырья.

Использованное электрооборудование (в т.ч. счетчик, источник питания) является вторичным сырьем. Не выбрасывайте его в контейнеры для бытовых отходов, так как они могут содержать вещества, опасные для здоровья и окружающей среды. Мы просим оказывать активную помощь в экономном обращении с природными ресурсами и в защите окружающей среды путем сдачи использованного устройства в пункт хранения вторичного сырья - использованного электрооборудования.

РЕГУЛИРОВКИ

БАЛАНСИРОВКА	<p>Для получения плавности и комфорта езды необходимо позаботиться об устойчивости велосипеда. Если вы во время использования обнаружите, что велосипед не сбалансирован, отрегулируйте ножки, находящиеся под передними и задними стабилизаторами.</p> <p>Для этого, используя ключ, ослабьте шестигранный винт, повернув его по часовой стрелке. После ослабления винта поверните выравнивающую ножку так, чтобы она оказалась на уровне поверхности, на которой стоит велосипед. После завершения регулировки снова, используя ключ, затяните шестигранный винт, повернув его против часовой стрелки. При необходимости повторите процесс на остальных выравнивающих ножках.</p>		<p>педали, комфортно. Если она слишком согнута, поднимите седло. Если вы не можете дотянуться до педали или нога в колене изогнута в обратную сторону, опустите седло.</p> <p>Чтобы отрегулировать высоту седла, ослабьте нижний зажимной рычаг и поднимите или опустите седло в нужное положение. Убедись, что рычаг входит в соответствующее отверстие в вынос. Не поднимайте вынос выше отмеченного места STOP. Затем сильно затяните рычаг, повернув ручку по часовой стрелке. Чтобы отрегулировать горизонтальное положение седла, ослабьте верхний зажимной рычаг и передвиньте седло в нужное положение. Затем сильно затяните рычаг, повернув ручку по часовой стрелке.</p>
РЕГУЛИРОВКА СОПРОТИВЛЕНИЯ	<p>Отрегулируйте сопротивление в велосипеде с помощью ручки тормоза.</p> <p>Чтобы увеличить уровень сопротивления, поверните ручку вправо (по часовой стрелке), чтобы уменьшить его, поверните ручку влево (против часовой стрелки).</p> <p>Чтобы выполнить экстренное торможение, нажмите ручку тормоза.</p>	РЕГУЛИРОВКА РУЛЯ	<p>Чтобы отрегулировать высоту руля, ослабьте зажимной рычаг и опустите или поднимите руль в желаемое положение. Убедись, что рычаг входит в соответствующее отверстие в выносе руля. Затем сильно затяните рычаг, повернув ручку по часовой стрелке.</p> <p>Чтобы отрегулировать горизонтальное положение руля, ослабьте зажимной рычаг, чтобы переместить руль в нужное положение. Затем сильно затяните рычаг, повернув ручку по часовой стрелке.</p>
РЕГУЛИРОВКА СЕДЛА	<p>Правильная высота седла увеличивает эффективность упражнений и снижает риск получения травм. Регулировка седла вперед или назад может помочь вам тренировать разные группы мышц.</p> <p>Установите педали в вертикальное положение (одна педаль вниз, другая вверх). Сядьте на велосипед и поставьте ноги на педали. Убедитесь, что нога, расположенная на нижней</p>	РЕГУЛИРОВКА РЕМЕШКОВ НА ПЕДАЛЯХ	<p>Вставьте переднюю часть в корзинку так, чтобы передняя часть обуви плотно прилегала к носку. Поверните педаль так, чтобы до нее можно было дотянуться рукой, и потяните за регулировочный ремешок так, чтобы верхняя часть корзинки не будет плотно прилегать к обуви. Вставьте ремешок обратно в пряжку. Сделайте то же самое для корзинки на другой педали.</p>
РЕГУЛИРОВКА СЕДЛА		СЛЕЗАНИЕ С ВЕЛОСИПЕДА	<p>Не слезайте с велосипеда и не снимайте ноги с педалей, пока педали полностью не остановятся.</p> <p>Вы можете остановить маховик в любой момент, нажав ручку тормоза.</p>
		ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ВЕЛОСИПЕДА	<p>Перед перемещением велосипеда убедитесь, что руль надежно закреплен и в нем нет люфта. Если есть люфт в руле, сильно затяните зажимные рычаги.</p> <p>Чтобы переместить велосипед, станьте спереди велосипеда перед рулем. Крепко возьмитесь за руль с обеих сторон и поставьте одну ногу на переднее основание. Наклоняйте велосипед к себе, пока транспортировочные колесики не коснутся пола. С установленными на полу колесами переместите велосипед в нужное место, а затем осторожно опустите его вниз, подстраховывая ногой переднее основание.</p>

МОНТАЖНАЯ СХЕМА

НИМАНИЕ! Запрещается использовать детали из других источников, кроме как от производителя.

№	№ Описание	Количество
1	Рама главная	1
2	Основание переднее	1
3	Заглушка переднего основания	2
4	Заглушка заднего основания	2
5	Выравнивающая ножка	2
6	Винт замочный М8х99	4
7	Шайба плоская М8	6
8	Пружинящая шайба М8	4
9	Колпачок на винт	4
10	Колпачок нейлоновый	2
11	Колесико	2
12	Основание заднее	1
13	Винт имбусовый М8х44	2
14	Винт самонарезающий с крестообразным шлицем	2
15 L/R	Педаля левая/правая	1/1
16	Рычаг зажимной	3
17	Втулка	1
18	Вынос	1
19	Кронштейн седла	1
20	Заглушка на трубу	3
21	Муфта	4
22	Блок в виде буквы V	1
23	Шестигранный стопорный винт	1
24	Винт с шестигранной головкой	2
25	Вынос руля	1
26	Руль	1
27	Рычаг зажимной	1
28	Седло	1
29 L/R	Колено педали левое/правое	1/1
30	Крышка защитная	1
31	Ручка тормоза	1
32	Шайба плоская	1
33	Винт шестигранный	2
34	Винт с внутренним шестигранником М10х20	2
35	Винт с крестообразным шлицем	2
36	Шайба плоская	2
37	Держатель для фляги	1
38	Фляга	1
39	Провод датчика	1
40	Компьютер	1
41	Винт	4

УХОД ЗА УСТРОЙСТВОМ

Регулярно выполняйте техническое обслуживание устройства. Приведенные ниже действия выполняйте не реже чем через каждые 20 часов работы.

- Контролируйте движущиеся части устройства. Используйте смазку для подшипников

- велотренажера, если они недостаточно смазаны.
- Контролируйте состояние таких элементов, как винты и гайки. Следите за тем, чтобы они были хорошо затянуты.
- После каждого тренинга вытирайте пот с устройства. Следите за тем, чтобы монитор не имел контакта с водой или влагой.
- Для чистки устройства используйте только воду с мылом. Не используйте чистящих средств.
- Храните устройство в сухом и теплом месте.
- Не подвергайте устройство воздействию солнечных лучей.

ТРЕНИНГ И ЭТАПЫ УПРАЖНЕНИЙ

Использование устройства принесет Вам много пользы. Прежде всего, оно улучшит Вашу форму, укрепит мышцы и в сочетании с правильной диетой позволит сжечь ненужную жировую ткань.

1. РАЗМИНКА

Это этап, который улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к интенсивным усилиям. Она также снижает риск возникновения судорог и получения ушибов. Рекомендуется выполнение нескольких упражнений на растяжку, как показано ниже. Если Вы чувствуете боль, прекратите упражнение или уменьшите диапазон выполняемого движения.

РАСТЯГИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ:

- **РАСТЯГИВАНИЕ ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА** Сядьте на ровный пол с согнутыми ногами и коленями, направленными наружу. Соедините подошвы ног и придвиньте их к себе как можно ближе. Слегка нажмите на колени, прижимая их к полу, и удерживайте их в этом положении в течение 15 секунд.
- **РАСТЯГИВАНИЕ МЫШЦ БЕДЕР** Сядьте на ровный пол. Выпрямьте правую ногу, а подошву левой ноги приложите к правому бедру. Вытяните правую руку в направлении пальцев правой ноги, насколько это возможно. Поддержите так в течение 15 секунд. Повторите действие с левой ногой.
- **ПОВОРОТЫ ГОЛОВЫ** Держите голову прямо, смотрите перед собой. Не двигая руками, поверните ее вправо и выпрямите, затем поверните влево и выпрямите
- **ПОДНИМАНИЕ РУК** Поднимите левую руку как можно выше вверх и удерживайте ее в течение нескольких секунд. Повторите действие с правой рукой.
- **РАСТЯГИВАНИЕ АХИЛЕСОВЫХ СУХОЖИЛИЙ** Станьте лицом к стене, левую ногу выставьте вперед и слегка согните ее в колене. Правую держите сзади – прямо, с пяткой, находящейся на полу. Удерживайте обе пятки ровно на полу и прижимайте бедра в направлении стены. Сохраняйте это положение в течение 30 секунд. Повторите действие с выставленной вперед правой ногой. Помните, во время выполнения упражнения нельзя сгибать спину
- **НАКЛОНЫ** Станьте прямо, ноги вместе. Выполните наклон вперед, стараясь как можно сильнее приблизить грудную клетку к коленям. Удерживайтесь в этом положении в течение 15 секунд. Помните, что нельзя сгибать колени.

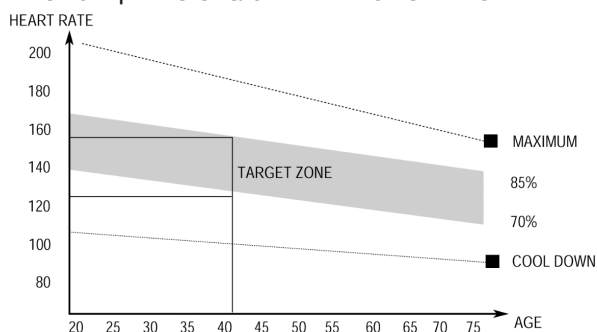
2. ЭТАП УПРАЖНЕНИЙ

Это собственно этап тренировки. Упражняйтесь в своем собственном темпе, чтобы достичь пульса, соответствующего вашему возрасту, как показано на графике ниже.

3. ЭТАП РАССЛАБЛЕНИЯ

Этот этап позволяет успокоить кровообращение и расслабить мышцы. Это повторение упражнений на разогрев. Необходимо следить за тем, чтобы не надорвать мышцы.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КОМПЬЮТЕРА



Удалите защитную пленку с экрана компьютера перед использованием.

КОМПЬЮТЕР (МОДЕЛЬ)

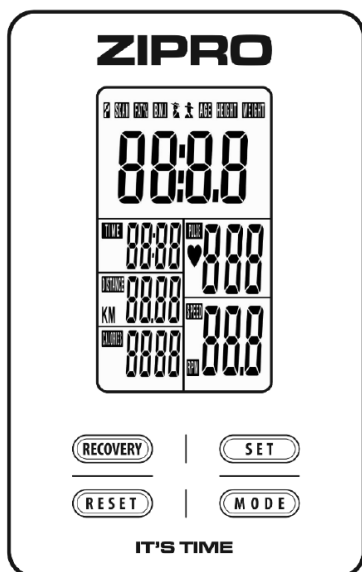
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Компьютер включится, когда маховик будет приведен в движение либо после нажатия любой кнопки. Компьютер автоматически отключится через 4 минуты работы в режиме ожидания.

ОПИСАНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ КНОПОК

- SET – служит для задания значения параметров
- MODE – позволяет выбирать параметр
- RESET – служит для мгновенного сброса времени, расстояния и калорий.
- RECOVERY – позволяет вам контролировать ваш уровень физической подготовки путем проверки темпа, с каким ваш пульс возвращается к значению в состоянии покоя после окончания тренировки.



ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SCAN	Отображает на экране поочередно все измеряемые параметры тренировки.	каждые 6 секунды
TIME	Подсчитывает общее время от начала до конца упражнений.	00:00-99:59 мин
SPEED	Отображает текущую скорость.	0,0-99,9 км/ч
DISTANCE	Подсчитывает общее расстояние от начала до конца упражнений.	0,0-99,99 км
CALORIES	Подсчитывает общее количество сожженных калорий от начала до конца упражнений. (Измерение является приблизительным для сравнения различных режимов тренировок, его нельзя использовать для лечения).	0,0-9999 ккал
RPM	Отображает ритм (кол-во оборотов в минуту)	0-999 об/мин
PULSE	Показывает текущий пульс.	30-230 BPM

УСТАНОВКА ЗНАЧЕНИЯ ДЛЯ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

- Нажимая **MODE**, выберите на мониторе параметр, значение которого вы хотите достичь во время тренировки: время, дистанцию, количество калорий, либо установите верхнюю границу пульса. (На дисплее должен отображаться только параметр без опции SCAN.)
- Многократно нажимая кнопку **SET**, установите соответствующее значение и подтвердите кнопкой **MODE**.
- Обратный отсчет запустится, когда вы начнете крутить педали. На мониторе отобразится стрелка вниз.
- Об окончании отсчета, либо превышении установленного значения пульса сигнализирует звуковой сигнал.

PULSE RATE

ВНИМАНИЕ! Измерение пульса производится только для спортивных целей (использование в медицинских целях не допускается).

- Нажимайте кнопку **MODE**, пока на экране не отобразится **PULSE**.
- Положите обе ладони на датчики пульса на руле. В ходе измерения компьютер отобразит иконку в форме сердца
- Через 3-4 секунды компьютер отобразит текущий пульс.

ФУНКЦИЯ RECOVERY

- Нажмите кнопку **RECOVERY** и положите руки на датчики пульса. **ВНИМАНИЕ!** Функция будет работать только тогда, когда компьютер обнаружит пульс
- Компьютер отобразит на экране время (**TIME**) 1:00 (1 мин) и начнет обратный отсчет. Не снимайте руки с датчиков пульса во время отсчета.
- После завершения отсчета компьютер отобразит ваш результат в диапазоне F1-F6. Используйте таблицу ниже, чтобы прочитать результат:

F1	Превосходный
F2	Очень хороший
F3	Хороший
F4	Удовлетворительный
F5	Ниже среднего
F6	Недостаточный

- Нажмите кнопку RECOVERY еще раз, чтобы вернуться к началу.

СОЕДИНЕНИЕ BLUETOOTH С МОБИЛЬНЫМ ПРИЛОЖЕНИЕМ

Компьютер работает совместно с приложением iConsole+ Training.

Начните тренировку и наслаждайтесь новыми возможностями:

- Загрузите приложение.
- Включите Bluetooth на мобильном устройстве.
- Включите приложение и выберите в нем свое устройство ZIPRO, с которым хотите соединиться.
- Когда ZIPRO соединится с приложением, компьютер выключится и его экран погаснет. С этого момента вы управляете ZIPRO через свое мобильное устройство.



Приложение для iOS



Приложение для Android

ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ПОЯСУ HR ЧЕРЕЗ BLUETOOTH

Велосипед автоматически подключается к нагрудному поясу, если обнаруживает поблизости активный аксессуар. Измерение пульса и использование функции RECOVERY возможно только при наличии нагрудного ремня.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И МЕТОДЫ РЕМОНТА

ВНИМАНИЕ! Открытие корпуса устройства без предварительного обращения в сервисный центр производителя приводит к потере гарантии. В случае подозрения в возникновении ошибки, требующей открытия корпуса, обратитесь в сервисный центр производителя.

Описание ошибки	Возможные причины	Решение
Устройство качается	Устройство установлено на неровной поверхности. Под основанием устройства находится предмет, нарушающий равновесие.	Установите устройство на ровную поверхность. Отрегулируйте выравнивающие ножки. Устраните предмет, нарушающий равновесие.
	Основания собраны неправильно.	Правильно соберите основания устройства. Нивелируйте накладки на заднем основании.
	Накладки на основании собраны и нивелированы неправильно.	Правильно установите основание устройства. Нивелируйте накладки на основании.
Седло или руль качаются	Винты и ручки стойки седла или руля не затянуты.	Затяните винты и ручку стойки седла или руля.
Шум при использовании	Неправильно затянутые элементы	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Во время работы устройства могут возникать слабые шумы при инерциальном движении маховика, которые связаны с типом конструкции. Они никак не влияют на работу устройства. Потенциальные шумы, слышимые при вращении педалей в противоположном направлении, связаны с техническими особенностями и не имеют никаких негативных последствий.	
Шум и отсутствие гладкости работы	Повреждены подшипники.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
Отсутствие соответствующего сопротивления во время тренинга	Ослаблен приводной ремень.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Увеличился зазор между маховиком и магнитами.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
Информация на дисплее едва видна	Батарея, питающая компьютер, разряжена.	Замените батарею в дисплее.
Нет реакции компьютера при педалировании на устройстве	Кабель компьютера подключен неправильно.	Правильно подключите компьютера.
	Кабель компьютера передавлен/перетерся.	Обратитесь в сервисный центр производителя.

ГАРАНТИЯ

Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на территории Республики Польша на 24 месяца со дня продажи. Гарантия на проданный товар не исключает, не ограничивает и не приостанавливает действия прав покупателя, вытекающих из закона о правах потребителя.

ГАРАНТИЙНАЯ КАРТА - см. стр. 108.

ГАРАНТИЙНЫЕ УСЛОВИЯ

1. Рекламации и гарантии распространяются исключительно на скрытые дефекты, возникшие по вине производителя.
2. Гарантия будет подтверждена магазином или сервисным центром после предъявления клиентом:
 - действительного разборчивого и правильно заполненного гарантийного талона с печатью о продаже и подписью продавца,
 - действительного доказательства покупки оборудования с датой продажи,
 - товара, подлежащего рекламации, или дефектной детали.

В случае дистанционной покупки гарантийный талон действителен только на основании документа о покупке (квитанция / счет-фактура).
3. Рекламация будет рассмотрена в течение 14 дней с момента сообщения покупателем о дефекте.
4. Заводские дефекты и повреждения, выявленные в течение гарантийного срока, будут отремонтированы бесплатно в течение не более 21 дней со дня доставки товара в магазин или сервисный центр.
5. В случае возникновения необходимости в импортировании детали, срок гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для ее получения, однако, не более чем на 40 дней.
6. Гарантия не распространяется на:
 - механические повреждения и вызванные ими дефекты,
 - повреждения и дефекты, возникающие в результате неправильного использования и хранения, неправильной сборки и технического обслуживания,
 - повреждения и износ эксплуатируемых элементов, таких как: тросы, ремни, резиновые элементы, педали, ручки из губки, колесики, подшипники, обивка.
 - операции, связанная со сборкой, техническим обслуживанием, которое, согласно руководству по эксплуатации пользователь обязан выполнять самостоятельно.
7. Гарантия не применяется в следующих случаях:
 - истечение срока действия,
 - выполнение покупателем самостоятельных ремонтов и модификаций с использованием неоригинальных деталей,
 - когда дефект возникает из-за неправильной установки или в результате несоблюдения правил эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации,
 - иное использование, кроме домашнего использования,
 - повреждения, возникшие во время транспортировки.
8. Дубликаты гарантийной карты не выдаются.
9. Согласно гарантии, покупатель имеет право требовать следующие виды бесплатной компенсации:
 - ремонта продукта,
 - замены продукта,
 - снижение цены,
 - расторжения договора и полного возмещения понесенных расходов.
10. Для внесения рекламации необходимо:
 - a. Представить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - b. Доказательство покупки с указанием наименования и адреса продавца, даты и места покупки, типа продукта или действующей гарантийной карты с печатью магазина.
 - c. В случае доставки грязного продукта сервисная служба может отказаться принять его либо за счет клиента, с его письменного согласия провести чистку.
11. В случае положительного рассмотрения рекламации устройство будет отремонтировано или заменено новым, либо покупателю будут возвращены деньги. Затраты на доставку товара покупателю покрываются за счет сервисной службы производителя.
12. В случае если гарантийная рекламация будет отклонена, покупатель получит подробное обоснование принятого решения, и в течение 14 дней с момента сообщения решения, установка будет отправлена покупателю за его счет.

Stimate utilizator,

Trebuie să citiți aceste instrucțiuni înainte de a începe să montați și să utilizați prima oară aparatul. Aceste instrucțiuni conțin informații importante privind siguranța de utilizare și de mentenanță a aparatului. Vă rugăm să le păstrați pentru a putea folosi informațiile privind mentenanța sau comandarea pieselor de schimb.

DATE TEHNICE

Alimentare	Baterie AA
Greutate	57,1 kg
Temperatura de utilizare	0°C până la +40°C
Temperatura de depozitare	-10°C până la +60°C
Greutatea maximă a utilizatorului	130 kg
Clasa de aplicare	Clasa H
Clasa de precizie	Clasa C
Viteză	0,0-99,9 km/h
Standardul produsului (principal)	EN 20957-1:2013
Destinație	Bicicleta tip spinning pentru uz casnic

SIGURANȚĂ

ATENȚIE! Aparatul poate fi utilizat doar în conformitate cu destinația acestuia, respectiv pentru antrenament de către persoane adulte. Orice altă utilizare a aparatului poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru daunele cauzate de utilizarea necorespunzătoare a aparatului.

- Aparatul a fost proiectat și construit în baza celor mai noi cunoștințe privind siguranța. Piese periculoase care ar putea duce la apariția riscului de rănire au fost eliminate, respectiv protejate.
- Nu sunt permise reparații și modificări pe cont propriu.
- O dată sau de două ori pe lună trebuie să verificați dacă șuruburile, șaibe și piulițele sunt înfiletate corect.
- Pentru a asigura siguranța verificați și asigurați mentenanța în mod regulat (respectiv o dată pe an) a aparatului într-un punct comercial specializat.
- Toate modificările aparatului care nu au fost descrise în aceste instrucțiuni pot constitui pericol de defectare sau pot pune în pericol sănătatea și viața utilizatorului. Modificările aparatului pot fi efectuate doar de către angajații service-ului sau de persoane instruite de către acestea în acest scop.
- Toate aparatele sunt obiectul activităților de inovare pentru a asigura cea mai înaltă calitate a produselor. Din acest motiv producătorul își rezervă dreptul de a introduce modificări tehnice.
- Vă rugăm să adresați întrebările sau dubiile privitoare la echipament către agentul comercial specializat.

ATENȚIE! Persoanele care se află în apropiere pe durata utilizării echipamentului trebuie să fie informate despre eventualele pericole. Fiți prudenți în special în prezența copiilor.

ATENȚIE! Înainte de a începe exercițiile consultați un medic pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații de sănătate pentru efectuarea de exerciții pe aparat. Bazându-vă pe opinia unui specialist puteți stabili planul dumneavoastră de antrenament. Planul incorect adaptat sau exercițiile excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

AVERTIZARE! Sistemele de monitorizare a ritmului cardiac pot fi inexacte. Epuizarea în timpul exercițiului poate duce la vătămări grave sau la deces. Dacă vă simțiți rău, încetați imediat să exersați.

ATENȚIE! Respectați cu strictețe observațiile privind antrenamentele din aceste instrucțiuni.

- Установка руля и седла должны учитывать Poziția coarnelor și a scaunului trebuie să ia în considerare caracteristicile fizice ale persoanei care se antrenează pentru a asigura o poziție confortabilă și corectă pentru efectuarea exercițiilor.
- Atunci când selectați locul pentru efectuarea exercițiilor trebuie să vă asigurați că ați lăsat distanțe de siguranță față de piedicile posibile. Nu amplasați echipamentul în apropierea căilor de transport (drumuri, porți, treceri etc.).
- Este interzisă utilizarea echipamentului în imediata apropiere a peretelui. Zona de siguranță este de 2000 mm și cel puțin tot atât de lată ca echipamentul.

ATENȚIE! Pe durata montajului trebuie să fiți precauți și să nu permiteți prezența copiilor în apropiere. Pe durata montajului se folosesc piese mici (piulițe, șuruburi etc.), care pot fi înghițite de aceștia.

RISC REZIDUAL

- După ce riscul a fost atenuat, doar 13 din cele peste 230 de cauze sunt „acceptate pe scară largă”.
- Atunci când protecția împotriva căderii nu este utilizată sau este utilizată incorect, există un risc rezidual, și anume căderea unei persoane care duce la formarea de abraziuni, vânătăi, fracturi sau, în cel mai rău caz, deces.
- Există un risc rezidual de supraîncărcare accidentală a persoanei care face exerciții cauzată de funcționarea necorespunzătoare sau evaluarea necorespunzătoare, precum și a transmițerii incorecte a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, a erorilor software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude erorile software sau hardware și poate suprasolicita teoretic persoana care exersează.
- Produsul este un dispozitiv electric și, prin urmare, nu poate fi exclus scurtcircuitul, care poate duce la deces.
- Nu poate fi exclus riscul rezidual de sufocare.
- Riscul poate fi redus respectând informațiile de siguranță din instrucțiunile de utilizare.
- Nu se poate exclude faptul că orice utilizare neintenționată sau neautorizată va avea ca rezultat un risc diferit, nedeclarat, iar riscul luat în considerare a fost estimat incorect.

În analiza riscurilor, evaluarea a fost făcută pe baza „stării actuale a dispozitivului”. Evaluarea și controlul produsului efectuate, arată că probabilitatea unui risc inacceptabil este foarte mică. Dispozitivul (construcția sa, metoda de funcționare și aplicare) nu cauzează - în condiții normale - risc nejustificat pentru persoana care exersează sau pentru terți.

SEMNE DE MANIPULARE PE AMBALAJELE DE TRANSPORTARE



Această parte în sus.
Nu răsturnați.



Protejați împotriva căderii.



Cu atenție, fragil. Posibile daune. Atenție.



Protejați împotriva umezelii



Ambalaje reciclabile.



Atenție produs cu greutate mare.

OPERARE

Înainte de a începe antrenamentul asigurați-vă că ați montat în mod corespunzător aparatul.

- Перед началом первого тренинга ознакомьтесь înainte de a începe primul antrenament luați la cunoștință toate funcțiile și posibilitățile de ajustare ale aparatului.
- Aparatul este prevăzut cu piese care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv nu se recomandă ca acesta să rămână într-o încăpere umedă. Aveți grijă ca echipamentul (în special piesele interne sau electronice) să nu fie expuse la contactul cu apa, băuturile, transpirația etc.
- Aparatul este destinat doar pentru antrenamente de către persoane adulte și, în niciun caz, nu este o jucărie pentru copii. În cazul în care, pe răspundere proprie, permiteți copiilor să folosească aparatul, este obligatoriu să-i instruiți în ceea ce privește modul corect de utilizare și supravegherea în permanență.
- Echipamentul nu este potrivit pentru scopuri terapeutice.
- Pe durata utilizării aparatului pot apărea zgomote reduse în caz de mișcare inerțială a roții de deplasare care decurg din tipul de construcție. Acestea nu au niciun impact asupra funcționării echipamentului. În cazul bicicletelor de antrenament și a bicicletelor eliptice, zgomotul potențial care poate fi auzit la rotirea pedalelor în direcția opusă este determinat tehnic și nu are consecințe negative.
- Emisia de zgomot în timpul suprasolicitării este mai mare decât fără suprasolicitare.
- Înainte de a începe orice antrenament verificați dacă protecțiile sunt corecte, precum și conexiunile cu șuruburi și mufe.
- Pe durata antrenamentelor pe aparat trebuie să purtați încălțăminte corespunzătoare (pantofi sport).

MONTAJ

Montajul aparatului trebuie efectuat cu grijă de către o persoană adultă. În cazul în care aveți dubii solicitați ajutorul unei persoane care are experiență mai îndelungată în acest domeniu.

- Înainte de a începe montajul trebuie să vă asigurați că setul cu aparatul conține toate piesele din listă și că nicio piesă nu s-a defectat pe durata transportului. În cazul în care lipsesc piese sau aveți obiecții luați legătura cu comerciantul.
- Luați la cunoștință desenele și explicațiile și efectuați montajul în conformitate cu ordinea

inclusă în instrucțiunile de montaj.

- Fiți precauți pe durata montajului. Atunci când utilizați unelte și piese există riscul de rănire.
- Aveți grijă să păstrați un mediu sigur. Nu împrăștiți haotic uneltele și piesele de montaj. Aveți în vedere faptul că foliile și pungile din material plastic constituie pericol de sufocare pentru copii.
- Piesele de montaj necesare pentru efectuarea unui anumit pas din instrucțiunile de montaj au fost prezentate pe ilustrații și explicații. Folosiți piesele indicate în instrucțiunile de montaj.
- În primele faze de montaj nu înfiletați piesele până la capăt. Efectuați acest lucru după ce ați amplasat toate piesele și v-ați asigurat că au fost poziționate corect.
- Producătorul își rezervă dreptul de a efectua montajul inițial al anumitor piese.

ATENȚIE! Montajul pieselor de schimb care provin din altă sursă decât de la producător duce la pierderea garanției. Montajul pieselor care provin din alte surse este permis în cazul reparațiilor efectuate după scurgerea perioadei de garanție.

SCHIMBARE BATERII

În cazul în care informațiile sunt puțin vizibile pe afișaj sau nu se afișează deloc înseamnă că trebuie să schimbați bateriile.

Dați jos capacul compartimentului pentru baterii și înlocuiți bateriile cu două baterii noi. Introduceți bateriile în compartimentul pentru baterii respectând marcajul „+” și „-”. În cazul în care după ce porniți din nou afișajul nu funcționează, scoateți bateriile pentru câteva minute și apoi introduceți-le din nou.



ATENȚIE! Pentru bateriile uzate nu se acordă garanție. Conțin substanțe nocive (precum de ex. cadmiu, mercur, sau plumb), de aceea nu le aruncați în containerul pentru deșeuri casnice. Transmiteți-le către un punct corespunzător pentru baterii uzate.

MEDIU



Aparatul este livrat în ambalaj pentru a asigura protecția împotriva defectărilor eventuale pe durata transportului. Ambalajele sunt materiale neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în containerele cu culorile corespunzătoare pentru colectarea selectivă a deșeurilor.



Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate în coșul pentru deșeuri casnice. Transmiteți-le în locul de achiziție sau la un punct specializat de depozitare a materiilor prime reciclate.

Aparatele electrice uzate (inclusiv kilometrajul, alimentatorul) sunz materii prime reciclabile – nu le aruncați în recipientele pentru deșeuri casnice deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să contribuiți în mod activ la gospodărirea resurselor naturale și protecția mediului natural prin transmiterea dispozitivelor uzate la punctul de depozitare a materiilor prime reciclabile – aparatelor electrice uzate.

REGLĂRI

<p>REGLAREA ECHILIBRULUI</p>	<p>Pentru a obține netezimea și confortul călătoriei, trebuie asigurată stabilitatea bicicletei. Dacă găsiți că bicicleta este dezechilibrată în timpul utilizării, reglați picioarele care marchează stabilizatorii față și spate.</p> <p>Pentru a face acest lucru, folosiți o cheie pentru a slăbi șurubul cu cap hexagonal rotindu-l în sensul acelor de ceasornic. După slăbirea șurubului, rotiți piciorul de nivelare până când acesta este la nivel cu suprafața pe care stă bicicleta. După finalizarea ajustării, utilizați din nou o cheie pentru a strânge șurubul hexagonal rotindu-l în sens invers acelor de ceasornic.</p> <p>Dacă este necesar, repetați procesul pe celelalte picioare de nivelare.</p>	<p>REGLAREA COȘURILOR PEDALELOR</p>	<p>Puneți degetul în coș, astfel încât vârful pantofului să se potrivească perfect pe degetul de la picior. Rotiți pedala astfel încât să puteți ajunge la ea cu mâna și trageți de cureaua de reglare până când partea superioară a coșului se potrivește perfect de pantof. Puneți cureaua înapoi în cataramă.</p> <p>Faceți același lucru pentru coșul de pe cealaltă pedală</p>
<p>REGLAREA REZISTENȚEI</p>	<p>Reglați rezistența pe bicicletă cu butonul de frână.</p> <p>Pentru a crește nivelul de rezistență, rotiți butonul spre dreapta (în sensul acelor de ceasornic), pentru al micșora, rotiți butonul spre stânga (în sens invers acelor de ceasornic).</p> <p>Pentru frânarea de urgență, apăsați butonul de frână.</p>	<p>COBORÂREA DE PE BICICLETĂ</p>	<p>Nu coborâți de pe bicicletă și nu Apucați cu mâna picioarele de pe pedale până când pedalele nu s-au oprit complet. Puteți opri oricând volantul apăsând butonul de frână.</p>
<p>REGLAREA ȘEII</p>	<p>Înălțimea corectă a șeii crește eficacitatea exercițiilor și reduce riscul de rănire. Reglarea șeii înainte sau înapoi vă poate ajuta să vă antrenați diferite grupe de mușchi.</p> <p>Așezați pedalele în poziție verticală (o pedală în DOWN, una în UP). Urcă-te pe bicicletă și pune-ți picioarele pe pedale. Asigurați-vă că piciorul pe pedala inferioară este confortabil. Dacă este prea îndoit, ridicați șaua. Dacă nu puteți ajunge la pedală sau piciorul este deschis, coborâți șaua.</p> <p>Pentru a regla înălțimea șeii, slăbiți pârghia de fixare inferioară și ridicați sau coborâți șaua în poziția dorită. Asigurați-vă că pârghia se potrivește în orificiul corect din tija șeii. Nu ridicați tija șeii deasupra marcajului STOP. Apoi strângeți ferm pârghia rotind mânerul în sensul acelor de ceasornic.</p> <p>Pentru a regla poziția orizontală a șauii, slăbiți pârghia de fixare de UP și glisați șaua în poziția dorită. Apoi strângeți ferm pârghia rotind mânerul în sensul acelor de ceasornic.</p>	<p>MUTAREA BICICLETEI</p>	<p>Înainte de a muta bicicleta, asigurați-vă că ghidonul este bine fixat și că nu există joc în el. Dacă există joc în volan, strângeți ferm pârghiile de prindere.</p> <p>Pentru a muta bicicleta, stați în fața bicicletei în fața ghidonului. Prindeți ferm ambele părți ale ghidonului și așezați un picior pe baza din față. Înclinați bicicleta spre dvs. până când roțile de transport doar ating solul. Cu roțile pe sol, transportați bicicleta în locația dorită și apoi coborâți-o ușor în timp ce protejați baza din față cu piciorul.</p>
<p>REGLAREA GHIDONULUI</p>	<p>Pentru a regla înălțimea volanului, slăbiți pârghia de prindere și coborâți sau ridicați volanul în poziția dorită. Asigurați-vă că pârghia se potrivește în orificiul corect din tija ghidonului. Apoi strângeți ferm pârghia rotind mânerul în sensul acelor de ceasornic.</p> <p>Pentru a regla poziția orizontală a volanului, slăbiți pârghia de fixare pentru a muta volanul în poziția dorită. Apoi strângeți ferm pârghia rotind mânerul în sensul acelor de ceasornic.</p>		

SCHEMĂ DE MONTAJ

NOTĂ! Este interzisă utilizarea pieselor din alte surse decât cele de la producător

Nr	Descriere	Canti-tate
1	Cadru principal	1
2	Bază față	1
3	Obturator bază frontală	2
4	Obturator bază spate	2
5	Picior de nivelare	2
6	Șurub blocare M8x99	4
7	Șaibă plată M8	6
8	Șaibă cu arc M8	4
9	Eclisă șurub	4
10	Eclisă de nailon	2
11	Roată	2
12	Suport spate	1
13	Șurub de timp imbus M8x44	2
14	Șurub autofiletant cu canelură în cruce	2
15 L/R	Pedală stânga/dreapta	1/1
16	Pârghie de fixare	3
17	Bucșă	1
18	Tijă	1
19	Suport șa	1
20	Dop tub	3
21	Bucșă	4
22	Bloc in literă V	1
23	Șurub de blocare hexagonal	1
24	Holt-șurub cu cap hexagonal	2
25	Tijă ghidon	1
26	Ghidon	1
27	Pârghie de fixare	1
28	Șa	1
29 L/R	Manivelă stânga/dreapta	1/1
30	Capac protecție	1
31	Buton rotativ frână	1
32	Șaibă plată	1
33	Holt-șurub hexagonal	2
34	Șurub intern cu cap hexagonal M10x20	2
35	Șurub cu cap în cruce	2
36	Șaibă plată	2
37	Suport pentru bidon	1
38	Bidon	1
39	Conductor senzor	1
40	Computer	1
41	Șurub	4

ÎNȚREȚINEREA ECHIPAMENTULUI

Efectuați în mod regulat mentenanța aparatului.

Efectuați activitățile de mai jos după cel puțin 20 de ore de funcționare.

- Controlați piesele mobile ale aparatului. În cazul în care nu sunt lubrifiate suficient folosiți lubrifianți pentru rulmenți de bicicletă.

- Verificați starea șuruburilor și piulițelor. Aveți grijă să fie bine înfiletate.
- După fiecare utilizare ștergeți transpirația de pe aparat. Aveți grijă ca afișajul să nu intre în contact cu apa și umiditatea.
- Pentru a curăța aparatul folosiți doar apă cu săpun. Nu folosiți detergenți.
- Depozitați aparatul într-un loc uscat și întunecat.
- Nu expuneți niciodată aparatul la acțiunea razelor solare.

ANTRENAMENT ȘI FAZE EXERCIȚII

Utilizarea aparatului vă oferă multe beneficii. În primul rând condiția dumneavoastră se va îmbunătăți, se vor întări mușchii, iar împreună cu o dietă corespunzătoare veți putea arde țesutul adipos în exces.

1. ÎNCĂLZIRE

Este faza care îmbunătățește circulația sângelui în întreg corpul și pregătește mușchii la un efort intens.

Reduce riscul de apariție a crampelor și de leziuni. Este indicat să efectuați câteva exerciții de întindere cum este indicat mai jos. În cazul în care simțiți dureri încetați să faceți exerciții sau reduceți amplitudinea mișcării efectuate.

EXERCIȚII DE ÎNTINDERE:

- **ÎNTINDERE MUȘCHI INTERNI COAPSE** Așezați-vă pe o suprafață plată cu picioarele îndoite și genunchii îndreptați în exterior. Împreunați tălpile picioarelor și apropiați-le atât de tare cât este posibil. Apăsăți ușor genunchii înspre podea și mențineți în această poziție timp de 15 secunde.
- **ÎNTINDERE COAPSE** Așezați-vă pe o suprafață plată. Îndreptați piciorul drept și așezați talpa piciorului stâng pe coapsa dreaptă. Trageți mâna dreaptă în direcția degetelor piciorului drept atât de departe pe cât posibil. Rezistați timp de 15 secunde. Repetați activitatea cu piciorul stâng.
- **ROTIRE CAP** Țineți capul drept privind înainte. Fără a mișca brațele rotiți-l la dreapta și reveniți, iar apoi rotiți la stânga și reveniți.
- **RIDICARE BRAȚE** Ridicați mâna stângă cât mai sus posibil și țineți câteva secunde. Repetați activitatea cu mâna dreaptă.
- **ÎNTINDERE TENDOANELE LUI AHILE** Stați cu fața la perete întindeți piciorul stâng în față și îndoiiți ușor genunchiul. Țineți piciorul drept în spate – îndreptat cu călcâiul plat pe podea. Țineți ambele călcâie plat pe podea și împingeți șoldul înspre perete. Mențineți această poziție timp de 30 secunde. Repetați activitatea cu piciorul drept întins. Rețineți că nu trebuie să arcuriți spatel pe durata exercițiului.
- **EXTENSII** Stați cu picioarele apropiate. Aplecați-vă în față încercând să apropiați cât mai tare posibil cutia toracică de genunchi. Rezistați timp de 15 secunde. Rețineți că nu trebuie să îndoiiți genunchii.

2. FAZĂ EXERCIȚII

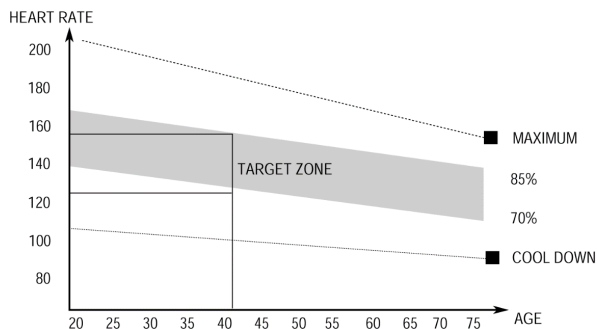
Aceasta este faza propriu-zisă a antrenamentului.

Antrenați-vă în propriul ritm astfel încât să atingeți pulsul adecvat pentru vârsta dumneavoastră cum este indicat în diagrama de mai jos.

3. FAZĂ RELAX

Această fază vă permite să liniștiți circulația și să relaxați mușchii. Constă în repetarea exercițiilor de încălzire.

Trebuie să aveți grijă să nu suprasolicitați mușchii.



INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE COMPUTER

Înainte de utilizare vă rugăm să dați la o parte folia de protecție de pe ecranul computerului.

COMPUTER (MODEL)

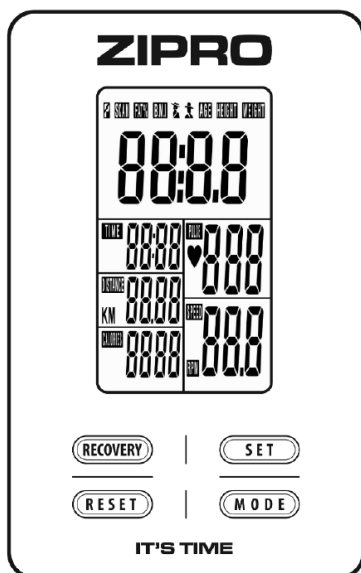
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Computerul pornește atunci când este activat volantul sau este apăsat oricare buton. Computerul se va opri automat după 4 minute de inactivitate.

DESCRIEREA BUTOANELOR

- **SET** – este folosit pentru a seta valorile parametrilor.
- **MODE** – vă permite să selectați un parametru
- **RESET** – Pentru resetarea imediată a timpului, distanței și caloriilor
- **RECOVERY** – vă permite să vă monitorizați nivelul de fitness verificând cât de repede ritmul cardiac revine la ritmul de odihnă după ce ați terminat antrenamentul.



FUNCȚII (SPECIFICAȚIE)

SCAN	Afișează pe rând pe ecran toți parametrii de antrenament măsurați.	la fiecare 6 secunde
TIME	Calculează durata totală a exercițiilor de la începutul până la sfârșitul acestora.	00:00-99:59 min
SPEED	Afișează viteza actuală	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Calculează distanța totală de la începutul până la sfârșitul exercițiilor.	0,0-99,99 km
CALORIES	Calculează numărul total de calorii arse de la începutul până la sfârșitul exercițiilor. (Măsurarea este aproximativă pentru a compara diferite sesiuni de exerciții, nu poate fi utilizată pentru tratament).	0,0-9999 kcal
RPM	Afișează cadența (rotații pe minut).	0-999 rotații/min
PULSE	Afișează pulsul actual	30-230 BPM

SETAREA VALORILOR PENTRU NUMĂRĂTOAREA INVERSĂ

- Apăsând **MODE**, setați pe monitor parametrul pe care doriți să îl atingeți în timpul antrenamentului: timp, distanță, numărul de calorii sau setați limita superioară a pulsului. (Pe afișaj trebuie să fie afișat numai parametrul fără opțiunea SCAN).
- Apăsând în mod repetat butonul **SET**, setați valoarea dorită și confirmați cu butonul **MODE**.
- Numărătoarea inversă va începe când începeți să pedalați. Pe monitor va fi afișată săgeata îndreptată jos.
- Sfârșitul numărătoarei inverse sau depășirea valorii setate a ritmului cardiac este semnalată de un semnal sonor

PULSE RATE

ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scop sportiv (este exclusă utilizarea medicală a măsurării).

- Apăsați butonul **MODE** până când pe ecran este afișat **PULSE**.
- Așezați ambele mâini pe senzorii de impulsuri de pe ghidon. În timpul realizării măsurării computerul va afișa o pictogramă în formă de inimă.
- După 3 până la 4 secunde, computerul va afișa ritmul cardiac curent.

FUNCȚIA RECOVERY

- Apăsați butonul **RECOVERY** și puneți mâinile pe senzorii de ritm cardiac. **NOTĂ!** Funcția va funcționa numai când computerul detectează pulsul.
- Computerul va afișa **TIME 1:00** (1 min) pe ecran și va începe numărătoarea inversă. Țineți mâinile pe monitoarele de ritm cardiac în timpul numărătoarei inverse.
- După ce numărătoarea inversă este finalizată, computerul va afișa rezultatul **F1-F6**. Utilizați tabelul de mai jos pentru a citi rezultatul:

F1	Remarcabil
F2	Foarte bun
F3	Bun
F4	Destul de bun
F5	Sub medie
F6	Insuficient

- Apăsați din nou butonul RECOVERY pentru a reveni la început.

CONECTARE BLUETOOTH CU APLICAȚIA MOBILĂ

Computerul conlucrează cu aplicația iConsole+ Training.

Începeți antrenamentul și bucurați-vă de noi oportunități:

- Descărcați aplicația.
- Activați Bluetooth pe dispozitivul dvs. mobil.
- Activați aplicația și selectați dispozitivul ZIPRO cu care doriți să vă conectați.
- Când ZIPRO se conectează la aplicație, computerul va fi oprit și se va stinge ecranul. De acum înainte, gestionați ZIPRO prin intermediul dispozitivului dvs. mobil.



Aplicație iOS



Aplicație Android

CONEXIUNE BLUETOOTH LA CENTURA HR

Bicicleta se va conecta automat la centură dacă detectează un accesoriu activ în apropiere. Măsurarea pulsului și utilizarea funcției RECOVERY sunt posibile numai cu o centură toracică.

DEFECȚIUNI POSIBILE ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei aparatului fără a contacta în prealabil service-ul producătorului duce la pierderea garanției. În cazul în care suspectați apariția unei defecțiuni care necesită deschiderea carcasei contactați service-ul producătorului.

Descriere eroare	Cauze posibile	Soluție
Aparatul se clatină	Aparatul a fost amplasat pe o suprafață denivelată. Sub suportul aparatului se află un obiect care perturbază echilibrul	Amplasați aparatul pe o suprafață plată. Reglați picioarele de nivelare. Îndepărtați obiectul care perturbază echilibrul.
	Suporturile nu au fost montate corect.	Montați corect suporturile aparatului. Nivelati șaibele de pe suportul posterior.
	Șaibele de pe suport nu au fost montate și nivelate corect.	Instalați corect baza dispozitivului. Nivelati suprapunerile de pe bază.
Scaunul sau ghidonul se clatină	Șuruburile și butoanele coloanei scaunului ori ghidonului nu au fost înfiletate	Înfiletați șuruburile și butonul de ajustare al coloanei scaunului sau ghidonului.
Zgomot pe durata utilizării	Piese înfiletate în mod necorespunzător	Contactați service-ul producătorului.
	Pe durata utilizării aparatului pot apărea zgomote reduse în caz de mișcare inertială a roții de deplasare care decurg din tipul de construcție. Acestea nu au niciun impact asupra funcționării echipamentului. Zgomotele potențiale care apar atunci când învârtiți pedalele în direcția opusă sunt cauzate de condiții tehnice și nu provoacă nicio consecință negativă.	
Zgomot și funcționare neuniformă	Rulmenți defecti.	Contactați service-ul producătorului.
Lipsă rezistență corespunzătoare pe durata antrenamentului	Cureaua de transmisie joacă.	Contactați service-ul producătorului.
	A crescut distanța dintre roata motoare și magneți.	Contactați service-ul producătorului.
Informațiile de pe afișaj sunt abia vizibile	Bateria care alimentează computerul este descărcată.	Înlocuiți bateriile de pe afișaj.
Niciun răspuns de la computer când pedalezi pe mașină	Cablul computerului nu a fost conectat corect.	Conectați corect cablul computerului.
	Cablul computerului este prins/deteriorat.	Contactați service-ul producătorului.

GARANȚIE

Comerțiantul în numele Garantului acordă garanție pe teritoriul Republicii Polone pe o perioadă de 24 de luni de la data vânzării. Garanția pentru marfa vândută nu exclude, nu limitează și nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Legea privind drepturile consumatorului.

CARD DE GARANȚIE - a se vedea pagina 108.

CONDIȚII DE GARANȚIE

1. Pot fi reclamate și se poate acorda garanția doar pentru defectele ascunse provocate din vina producătorului.
2. Garanția va fi onorată de către magazin sau service atunci când clientul prezintă:
 - fișa de garanție valabilă completată lizibil și corect cu ștampila comerciantului și semnătura vânzătorului,
 - document valabil de achiziție a echipamentului cu data vânzării,
 - produsul reclamat sau piesa defectă.

În caz de achiziție la distanță, fișa de garanție rămâne valabilă doar în baza documentului de achiziție (bon fiscal / factură).
3. Reclamația va fi soluționată în termen de 14 zile de la momentul notificării defectului de către Client.
4. Defectele din fabrică și defecțiunile descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit într-un termen de maxim 21 de zile de la data livrării produsului la magazin sau service.
5. În cazul în care este necesară importarea unei piese pentru a realiza reparația necesară, perioada de realizare a reparației în termenul de garanție se poate prelungi cu durata necesară pentru importarea acesteia, dar nu mai mult decât cu 40 de zile.
6. Garanția nu include:
 - defecțiunile mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - defecțiunile și defectele cauzate de utilizarea în mod necorespunzător cu destinația de utilizare și depozitare, montajul și mentenanța necorespunzătoare,
 - defecțiunile și uzura pieselor de exploatare precum: funii, curele, piese din cauciuc, pedale, suporturi din burete, roți, rulmenți, tapițerie.
 - activitățile legate de montaj, mentenanță pe care, în conformitate cu instrucțiunile de utilizare, utilizatorul trebuie să le efectueze pe cont propriu.
7. Garanția nu se va aplica în următoarele cazuri:
 - expirarea termenului de valabilitate,
 - efectuarea de către client de reparații pe cont propriu și modificările realizate fără piese originale
 - atunci când defectul apărut rezultă din instalarea necorespunzătoare sau este cauzat de nerespectarea regulilor de exploatare corectă descrise în instrucțiunile de utilizare,
 - în caz de alt tip de utilizare decât utilizarea în scopuri casnice,
 - defecțiunile apărute pe durata transportului.
8. Nu se vor emite duplicate ale fișelor de garanție.
9. În cadrul garanției clientul are dreptul de a solicita următoarele tipuri de recompense gratuite:
 - repararea produsului,
 - înlocuirea produsului,
 - reducere de preț,
 - desfacerea contractului și rambursarea integrală a costurilor suportate.
10. Pentru a opri notifica reclamația trebuie:
 - a. Să prezentați produsul sau o parte din acesta la care se referă garanția
 - b. Documentul de achiziție care specifică numele și adresa vânzătorului, data și locul achiziției, tipul de produs sau o fișă de garanție valabilă cu ștampila magazinului.
 - c. În cazul în care produsul livrat este murdar, service-ul poate refuza primirea acestuia, sau poate, pe cheltuiala și cu acordul scris al clientului, curăța produsul.
11. În caz de soluționare pozitivă a reclamației echipamentul va fi reparat sau înlocuit cu unul nou sau clientului îi vor fi rambursați banii. Costurile de transportare a mărfii către client vor fi acoperite de către service-ul producătorului.
12. În caz de respingere a reclamației în perioada de garanție, clientul va primi justificarea detaliată a deciziei luate și, în termen de 14 zile de la transmiterea deciziei, echipamentul va fi transmis clientului pe cheltuiala acestuia.

Gerbiamieji,
prieš pradėdami montuoti ir naudotis įrenginiu, perskaitykite šią instrukciją. Joje pateikta svarbi saugų bėgimo takelio naudojimą ir priežiūrą liečianti informacija. Instrukcijos neišmeskite tam, kad vėliau galėtumėte dar kartą perskaityti informaciją apie įrenginio priežiūrą arba užsakyti atsargines dalis.

TECHNINIAI DUOMENYS

Galia	Baterija AA
Svoris	57,1 kg
Naudojimo temperatūra	nuo 0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	nuo -10°C iki +60°C
Didžiausias vartotojo svoris	130 kg
Taikymo klasė	H klasė
Tikslumo klasė	C klasė
Greitis	0,0-99,9 km/h
Produkto standartas (pagrindinis)	EN 20957-1:2013
Paskirtis	Spiningo dviratis, skirtas naudoti namuose

SAUGA

DĖMESIO! Įrenginį galima naudoti tik pagal jo paskirtį, t.y. ant jo treniruotis gali suaugę asmenys. Kitoks įrenginio naudojimas gali būti pavojingas. Gamintojas neatsako už žalą, atsiradusią dėl netinkamo įrenginio naudojimo.

- Prietaisas suprojektuotas ir pagamintas, taikant naujausią saugą liečiančią mokslinę informaciją. Pašalinti arba uždengti pavojingi, sužalojimų grėsmę keliantys elementai.
- Netaisykite ir nekeiskite patys.
- Kartą per mėnesį arba du patikrinkite, ar varžlės, varžtai ir sriegiai yra gerai prisukti.
- Siekdami užtikrinti saugą per visą įrenginio naudojimo laiką, reguliariai (t.y. kartą per metus) įrenginį patikrinti ir priežiūros darbus atlikti turi specializuotos prekybos įstaigos darbuotojas.
- Visi šiame vadove nenurodyti įrenginio pakeitimai gali jį sugadinti arba tiesiogiai kelti grėsmę juo besinaudojančio asmens sveikatai ir gyvybei. Įrenginio pakeitimus gali atlikti tik gamintojo serviso darbuotojai arba atitinkamai apmokyti asmenys.
- Siekdamas užtikrinti aukštą kokybę, gamintojas savo įrenginiuose nuolat diegia inovacijas, todėl jis pasilieka sau teisę daryti įrenginio techninius pakeitimus.
- Kilus su įranga susijusių klausimų ar abejonių, kreipkitės į specializuotą prekybos įstaigą.

DĖMESIO! Apie galimą grėsmę būtina informuoti asmenis, esančius netoli naudojamo įrenginio. Būkite ypač atsargūs, jeigu netoli įrenginio yra vaikai.

DĖMESIO! Prieš pradėdami sportuoti, pasitarkite su gydytoju ir įsitikinkite, kad nėra jokių medicininių kontraindikacijų, neleidžiančių Jums naudotis įrenginiu. Remdamiesi eksperto patarimais, galite parengti savo treniruočių planą. Netinkama programa arba pernelyg intensyvios treniruotės gali būti pavojingos Jūsų sveikatai ir gyvybei.

[SPĖJIMAS!] Širdies ritmo stebėjimo sistemos gali būti netikslios. Išsekus nuo didelio fizinio krūvio, galima rimtai susižeisti ar net mirti. Jei jaučiate silpnumą, nedelsdami nutraukite treniruotę.

DĖMESIO! Būtinai laikykitės šioje instrukcijoje pateiktų treniruotes liečiančių pastabų.

- Vairo ir sėdynės padėtis turi būti individualiai pritaikyta sportuojančio asmens fizinėms savybėms. Ji turi užtikrinti patogią ir taisyklingą padėtį pratybų metu.
- Rinkdamiesi vietą treniruotėms, įsitikinkite, ar išlaikytas saugus atstumas nuo kitų daiktų. Įrenginio nestatykite tokiose vietose, kuriose yra galimas žmonių srautas (pvz., vartai, praėjimas ir pan.).
- Draudžiama naudoti įrangą arti sienos. Saugos zona - 2000 mm ir ne siauresnė nei prietaisą.

DĖMESIO! Montuodami įrenginį, būkite atsargūs. Šių darbų metu neleiskite netoliese būti vaikams. Montavimui naudojamos smulkios detalės (veržlės, varžtai ir pan.), kuriuos vaikai gali praryti.

LIKUTINĖ RIZIKA

- Apribojus riziką, tik 13 iš daugiau nei 230 priežasčių yra „plačiai pripažintos“.
- Jei netaikoma arba netinkamai taikoma apsauga nuo kritimo, išlieka likutinė rizika, t.y. asmuo gali nukristi ir dėl to gali atsirasti įbrėžimų, mėlynių, lūžių arba, blogiausiu atveju, nukritęs asmuo gali mirti.
- Išlieka likutinė sportuojančiojo asmens netyčinės perkrovos rizika; perkrova gali atsirasti dėl neteisingo įrenginio naudojimo ar klaidingo savo galimybių vertinimo, taip pat jos priežastis gali būti neteisingas duomenų perdavimas (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidos ir kt.) Net geriausia programinės įrangos ir įrenginio apsauga nesaugo nuo programinės įrangos ar įrenginio klaidų ir teoriškai gali sukelti sportuojančiojo perkrovą.
- Šis gaminyje yra elektros prietaisas, todėl negalima atmesti mirtino elektros smūgio rizikos.
- Negalima atmesti likutinės uždusimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti, laikantis naudojimo instrukcijoje nurodytų taisyklių.
- Negalima atmesti galimybes, kad dėl bet kokio netyčinio ar netinkamo įrenginio naudojimo atsiras kitokia, čia nenurodyta rizika, arba nurodyta rizika gali būti neteisingai įvertinta.

Rizikos analizė atlikta, vertinant „dabartinę įrenginio būklę“. Produkto įvertinimas ir patikrinimas rodo, kad nepriimtinos rizikos tikimybė yra labai maža. Įrenginys (jo konstrukcija, veikimo būdas ir paskirtis) įprastomis sąlygomis nesukelia nepagrįstos rizikos sportuojančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

ANT TRANSPORTAVIMO PAKUOTĖS ESANTIS ŽENKLINIMAS

	Ta puse į viršų. Neapversti.		Saugoti, kad nenukristų.
	Atsargiai, dūžiantis produktas. Galima sugadinti. Būkite atsargūs.		Saugoti nuo drėgmės.
	Pakuotę galima perdirbti.		Dėmesio! Sunkus produktas

NAUDOJIMAS

Prieš pradėdami treniruotę, patikrinkite, ar įrenginys yra tinkamai sumontuotas.

- Prieš pirmąją treniruotę, susipažinkite su visomis įrenginio funkcijomis ir jo reguliavimu.
- Įrenginyje yra komponentų, kuriuos gali paveikti korozija, todėl rekomenduojama jo nelaikyti drėgnoje patalpoje. Taip pat saugokite, kad įrenginio (ypač jo vidinių ir elektroninių komponentų) neveiktų vanduo, gėrimai, prakaitas ir pan.
- Prietaisas skirtas tik suaugusiųjų asmenų treniruotėms. Juo negali žaisti vaikai. Jei savo rizika leisite įrenginiu naudotis vaikams, būtinai išmokykite juos tinkamai naudotis bėgimo takeliu. Nepalikite vaikų be priežiūros.
- Ši įranga nėra skirta gydymo tikslams.
- Dviračių ir elipsinių treniruoklių atveju priešinga kryptimi sukant pedalus girdimas triukšmas atsiranda dėl techninės įrenginio konstrukcijos ir neturi jokių neigiamų pasekmių. Eksploatavimo metu gali atsirasti tylus smagračio inertinio judėjimo sukeltas garsas, atsiradęs dėl įrenginio konstrukcijos. Jis nedaro jokio poveikio įrenginio darbui.
- Triukšmo emisija apkrovos metu yra didesnė nei treniruokliui veikiant tuščiaja eiga.
- Prieš kiekvieną treniruotę patikrinkite saugos elementus, varžtus ir kištukines jungtis.
- Treniruotės metu avėkite tinkamą (sportinę) avalynę.

MONTAVIMAS

Įrenginio montavimą turi kruopščiai atlikti suaugęs asmuo. Kilus abejonų, kreipkitės į labiau patyrusį šioje srityje asmenį.

- Prieš montavimo darbų pradžią patikrinkite, ar pristatytos visos dalys ir ar elementai transportavimo metu nebuvo sugadinti. Jeigu pastebėsite, kad trūksta elementų, kreipkitės į pardavėją.
- Susipažinkite su brėžiniais ir informacija. Montavimo darbus atlikite, laikydamiesi instrukcijoje nurodytos tvarkos.
- Montavimo metu būkite atsargūs. Naudodamiesi įrankiais ir komponentais, galite susižaloti.
- Nepamirškite darbo vietą išlaikyti saugią. Įrankių ir montuojamų elementų nemėtykite chaotiškai. Nepamirškite, kad plastikiniai maišeliai ir plėvelė kelia uždegimo pavojų vaikams.
- Konkrečiam montavimo etapui būtini elementai nurodyti brėžiniuose ir informacijoje. Naudokite montavimo instrukcijoje nurodytus elementus.
- Pirmųjų montavimo etapų metu neprisukite elementų iki galo. Iki galo juos prisukite tik tuomet, kuomet pritvirtinsite visas dalis ir įsitikinsite, kad jos yra sumontuotos teisingai.
- Gamintojas pasilieka teisę kai kuriuos komponentus surinkti iš anksto.

DĖMESIO! Panaudojus gamintojo netiekiamas atsargines dalis, garantija nebus taikoma. Kitų gamintojų tiekiamų dalių montavimas galimas, tik remontuojant įrenginį, pasibaigus jo garantiniam laikotarpiui.

BATERIJŲ PAKEITIMAS

Jeigu informacija kompiuterio ekrane yra blogai arba visiškai nematoma, pakeiskite baterijas.

Nuimkite baterijų dėklą dangtelį ir pakeiskite išsiekvojuusias baterijas dvejomis naujomis. Įdėdami naujas baterijas, nepamirškite poliškumo ženklų „+“ ir „-“. Jeigu įrenginį įjungus, ekranas neveikia tinkamai,

išimkite baterijas kelioms minutėms ir vėl jas įdėkite. funkcionează, scoateți bateriile pentru câteva minute și apoi introduceți-le din nou.



DĖMESIO! Išsiekvojuosioms baterijoms garantija netaikoma. Baterijose yra kenksmingų medžiagų (tokių kaip kadmis, gyvsidabris ar švinas), todėl nemeskite jų kartu su buitinėmis atliekomis. Baterijas atiduokite į išsiekvojuusių baterijų surinkimo punktą.

APLINKOS APSAUGA



Įrenginys pristatomas jį transporto metu saugančiojo pakuotėje. Pakuotė gali būti perdirbama. Jos atliekas išmeskite į spalvotus, rūšiuotoms atliekoms skirtus konteinerius.



Saugokite aplinką ir išsikrovusių baterijų nemeskite kartu su buitinėmis šiukšlėmis. Atiduokite jas specialiuose baterijų arba antrinių žaliavų surinkimo punktuose.

Panaudota elektros įranga (taip pat ir skaitikliai, įkrovėjai) laikomi antrinėmis žaliavomis, todėl jų nemeskite kartu su buitinėmis atliekomis. Juose gali būti žmonių sveikatai ir aplinkai kenksmingų medžiagų. Padėkite tausoti gamtinius išteklius ir saugoti aplinką – panaudotą įrangą atiduokite antrinių žaliavų surinkimo punktuose (panaudotos įrangos surinkimo centruose).

REGULIAVIMAS

BALANSO REGULIAVIMAS	Sklandžiam ir patogiam važiavimui būtinas dviračio stabilumas. Jei naudojimo metu pastebėjote, kad dviratis yra nesubalansuotas, sureguliuokite po priekiniais ir galiniais stabilizatoriais esančias kojeles. Tuo tikslu veržliarakčiu atlaisvinkite šešiakampį varžtą, sukdami jį pagal laikrodžio rodyklę (A kryptimi). Atsukę varžtą, sukite išlyginančiąją kojelę tol, ji pasieks paviršių, ant kurio stovi dviratis. Baigę reguliuoti, veržliarakčiu vėl prisukite šešiakampį varžtą, sukdami jį prieš laikrodžio rodyklę. Jei reikia, pakartokite procesą su kitomis išlyginančiosiomis kojelėmis.
PAIPRIEŠINIMO REGULIAVIMAS	Stabdžių rankenėle sureguliuokite dviračio pasipriešinimą. Norėdami padidinti pasipriešinimo lygį, pasukite rankenėlę į dešinę (pagal laikrodžio rodyklę), o norėdami sumažinti į kairę (prieš laikrodžio rodyklę). Norėdami staigiai stabdyti, paspauskite stabdžių rankenėlę.
BALNELIO REGULIAVIMAS	Tinkamas balnelio aukštis padidina pratimų efektyvumą ir sumažina traumų riziką. Balnelį reguliuojant į priekį arba atgal, galima mankštinti skirtingas raumenų grupes. Nustatykite pedalus vertikaliaje padėtyje (vienas pedalas apačioje, kitas viršuje). Atsisėskite ant dviračio ir padėkite kojas ant pedalo. Įsitinkinkite, kad koja ant apatinio pedalo yra patogioje padėtyje. Jei ji per daug sulenkta, pakelkite balnelį. Jei negalite pasiekti pedalo arba Jūsų

	<p>koja yra labai ištiesta, nuleiskite balnelį. Norėdami sureguliuoti balnelio aukštį, atlaisvinkite apatinę užspaudžiančiąją svirtį ir pakelkite arba nuleiskite balnelį į norimą padėtį. Įsitinkite, kad svirtis įeina į tinkamą angą balnelio stovė. Nekeikite balnelio stovo virš STOP žymės. Tada tvirtai prisukite svirtį, sukdami jos rankeną laikrodžio rodyklės kryptimi. Norėdami sureguliuoti horizontalią balnelio padėtį, atlaisvinkite viršutinę užspaudžiančiąją svirtį ir pastumkite balnelį į norimą padėtį. Tada tvirtai prisukite svirtį, sukdami jos rankeną laikrodžio rodyklės kryptimi.</p>
VAIRO REGULIAVIMAS	<p>Norėdami sureguliuoti vairo aukštį, atlaisvinkite užspaudžiančiąją svirtį ir pakelkite arba nuleiskite vairą į norimą padėtį. Įsitinkite, kad svirtis įeina į tinkamą angą vairo stovė. Tada tvirtai prisukite svirtį, sukdami jos rankeną laikrodžio rodyklės kryptimi. Norėdami sureguliuoti horizontalią vairo padėtį, atlaisvinkite užspaudžiančiąją svirtį ir pastumkite vairą į norimą padėtį. Tada tvirtai prisukite svirtį, sukdami jos rankeną laikrodžio rodyklės kryptimi.</p>
PEDALŲ KREPŠELIŲ REGULIAVIMAS	<p>Įstatykite priekinę kojos dalį į krepšelį taip, kad bato priekis tvirtai priglustų prie priekinės dalies. Pasukite pedalą taip, kad galėtumėte jį pasiekti ranka, patraukite reguliavimo dirželį taip, kad krepšelio viršus tvirtai priglustų prie bato. Vėl įkiškite dirželį į sagtį. Tą patį padarykite su krepšeliu ant kito pedalo.</p>
NULIPIMAS NUO DVIRAČIO	<p>Nelipkite nuo dviračio ir nenukelkite kojų nuo pedalo tol, kol pedalai visiškai nesustos. Smagratį visada galite sustabdyti, paspausdami stabdžių rankenėles.</p>
DVIRAČIO PERNEŠIMAS	<p>Prieš perkeldami dviratį, įsitinkite, kad vairas yra tinkamai pritvirtintas ir nejuda. Jei vairas yra per laisvas, tvirtai prisukite užspaudžiančiąją svirtį. Norėdami perkelti dviratį, atsistokite dviračio priekyje priešais vairą. Tvirtai suimkite už abiejų vairo pusių ir uždėkite vieną koją ant priekinio pagrindo. Pakreipkite dviratį į save taip, kad transportavimo ratukai liestų pagrindą. Laikydami ratukus ant žemės, perneškite dviratį į norimą vietą ir švelniai nuleiskite žemyn, koją apsaugodami priekinį pagrindą.</p>

MONTAVIMO SCHEMA

DĖMESIO! Draudžiama naudoti ne gamintojo siūlomas detales

Nr.	Aprašymas	Kiekis
1	Pagrindinis rėmas	1
2	Priekinis pagrindas	1
3	Priekinio pagrindo dangtelis	2
4	Užpakalinio pagrindo dangtelis	2
5	Išlyginančioji kojėlė	2
6	Užrakto varžtas M8x99	4
7	Plokščia poveržlė M8	6
8	Spyruoklinė poveržlė M8	4
9	Varžto dangtelis	4
10	Nailono dangtelis	2
11	Ratukas	2
12	Užpakalinis pagrindas	1
13	Varžtas su šešiakampe įpjova M8x44	2
14	Savisriegis varžtas su kryžmine įpjova	2
15 L/R	Kairysis/dešinysis pedalas	1/1
16	Užspaudžiančioji svirtis	3
17	Įvorė	1
18	Balnelio stovas	1
19	Balnelio laikiklis	1
20	Vamzdžio kamštis	3
21	Tiesi jungtis	4
22	„V“ formos blokas	1
23	Šešiakampis fiksuojantis varžtas	1
24	Varžtas su šešiakampe galvute	2
25	Vairo stovas	1
26	Vairas	1
27	Užspaudžiančioji svirtis	1
28	Balnelis	1
29 L/R	Kairysis / dešinysis švaistiklis	1/1
30	Apsauginis dangtis	1
31	Stabdžio rankenėlė	1
32	Plokščia poveržlė	1
33	Šešiakampis varžtas	2
34	Vidinis varžtas su šešiakampe galvute M10x20	2
35	Sraigas su kryžmine galvute	2
36	Plokščia poveržlė	2
37	Gertuvės laikiklis	1
38	Gertuvė	1
39	Jutiklio laidas	1
40	Kompiuteris	1
41	Sraigas	4

ĮRENGINIO PRIEŽIŪRA

Reguliariai atlikite įrenginio priežiūros darbus. Toliau nurodytus veiksmus būtina atlikti ne rečiau nei kas 20 įrenginio darbo valandų.

- Patikrinkite judančiąsias įrenginio dalis. Jeigu jos nėra pakankamai suteptos, sutepkite jas dviračių

- guoliams skirtu tepalu.
- Patikrinkite varžtus ir veržles. Šios dalys turi būti gerai prisuktos.
- Po kiekvienos treniruotės nuo įrenginio nuvalykite prakaitą. Atkreipkite dėmesį į tai, kad monitorius nesušlaptų ir nesudrėktų.
- Įrenginio valymui naudokite tik vandenį su muilu. Nenaudokite valiklių.
- Įrenginį laikykite sausoje ir šiltoje vietoje.
- Saugokite įrenginį nuo tiesioginių saulės spindulių.

TRENIRUOTĖS IR PRATIMŲ ETAPAI

Šis įrenginys duos Jums daug naudos. Visų pirma, pagerės Jūsų fizinė būklė, sustiprės raumenys, o jeigu kartu laikysitės atitinkamos mitybos, sudeginsite nereikalingą riebalinį sluoksnį.

1. APŠILIMAS

Šis pratimų etapas pagerina kraujo apytaką visame kūne ir paruošia raumenis didesniai krūviui. Tokiu būdu sumažėja mėšlungio ir sužeidimų pavojus. Patartina atlikti kelis toliau nurodytus tempimo pratimus. Jei jaučiate skausmą, baikite sportuoti arba sumažinkite judesio diapazoną.

TEMPIMO PRATIMAI:

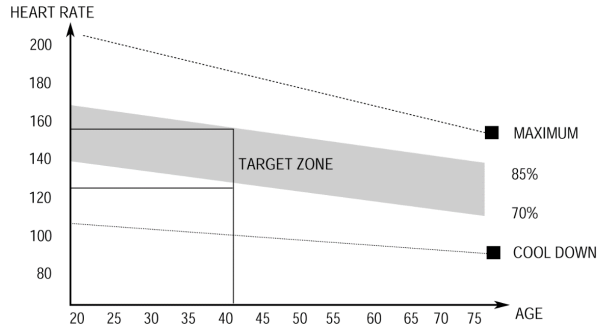
- **VIDINĖS ŠLAUNŲ PUSĖS RAUMENŲ TEMPIMAS** Atsisėskite ant lygaus paviršiaus. Kojos sulenktos, keliai nukreipti į išorę. Sujunkite pėdas ir pritraukite jas kiek galite arčiau savęs. Švelniai spauskite kelius pagrindo kryptimi ir išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių
- **ŠLAUNŲ RAUMENŲ TEMPIMAS** Atsisėskite ant lygaus paviršiaus. Ištieskite dešinę koją, o kairę pėdą pritraukite prie dešinėsios šlaunies. Dešinę ranką ištieskite dešinės pėdos pirštų link kaip galima toliau. Išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių. Pakartokite šiuos pratimus kaire koja.
- **POSŪKIAI GALVA** Laikykite galvą tiesiai ir žiūrėkite prieš save. Nejudindami pečių, pasukite galvą į dešinę ir grįžkite į pradinę padėtį. Pasukite į kairę ir grįžkite į pradinę padėtį.
- **RANKŲ KĖLIMAS** Kairę ranką pakelkite kiek galite aukščiau ir išbūkite tokioje padėtyje kelias sekundes. Pakartokite pratimą dešine ranka.
- **ACHILO SAUSGYSLĖS TEMPIMAS** Atsistokite veidu į sieną. Kairę koją ištraukite į priekį ir šiek tiek sulenkite per kelį. Dešinę koją laikykite ištiestą atgal, pėdą laikykite priglaustą ant grindų. Abi pėdas laikydami priglaustas prie grindų, spauskite klubus sienos link. Išlaikykite tokioje padėtyje 30 sekundžių. Pakartokite pratimą su ištraukta į priekį dešine koja. Stebėkite, kad pratimo metu pečiai nebūtų palenkti į priekį.
- **PASILENKIMAI** Atsistokite. Kojos suglaustos. Pasilenkite į priekį, stengdamiesi krūtinę kuo arčiau priartinti prie kelių. Išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių. Nelenkite kelių.

2. TIKRASIS TRENIRUOTĖS ETAPAS

Tai pagrindinė treniruotės dalis. Pasirinkite savo tempą taip, kad būtų pasiektas Jūsų amžių atitinkantis pulsas (žr. toliau pateiktą iliustraciją).

3. ATSIPALAIHAVIMO ETAPAS

Šis etapas leidžia sulėtinti kraujo apytaką ir atpalaiduoti raumenis. Kartojami apšilimo pratimai. Nepamirškite, kad raumenys negali būti per daug įtempti.



KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

Prieš naudojimą nuo kompiuterio ekrano nuimkite apsauginę plėvelę.

KOMPIUTERIS (MODELIS)

MRMSBIC05-GRN

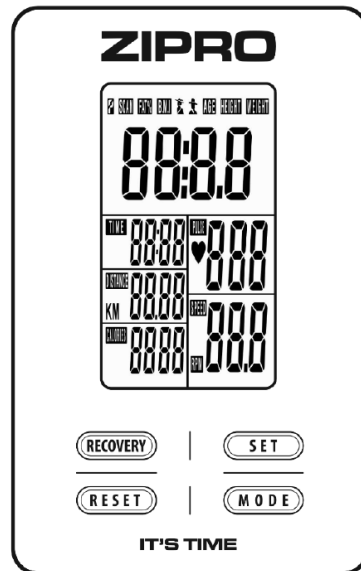
AUTO ON/OFF

Kompiuteris įsijungs, pasukus smagratį arba paspaudus bet kurį mygtuką.

Kompiuteris automatiškai išsijungs, jeigu per 4 minutes nebus atlikta jokių veiksmų.

MYGTUKŲ APRAŠYMAS

- **SET** – nustatomos parametrų vertės.
- **MODE** – pasirenkami parametrai
- **RESET** – nedelsiant iš naujo nustatomos laiko, atstumo ir kalorijų vertės.
- **RECOVERY** – stebimas Jūsų fizinio pasirengimo lygis, tikrinant, kaip greitai Jūsų pulsas grįžta į ramybės ritmą po treniruotės.



FUNKCIJOS (TECHNINĖ SPECIFIKACIJA)

SCAN	Ekrane iš eilės rodomi visi matuojami treniruotės parametrai.	kas 6 sekundes
TIME	Skaičiuoja visą treniruotės laiką.	00:00-99:59 min
SPEED	Rodo esamą greitį.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Skaičiuoja visą atstumą nuo treniruotės pradžios iki pabaigos	0,0-99,99 km
CALORIES	Skaičiuoja visas treniruotės metu sudegintas kalorijas. (Apskaičiavimas yra apytikslis. Juo siekiama palyginti skirtingų treniruočių rezultatus. Negalima naudoti gydymo tikslams).	0,0-9999 kcal
RPM	Apsisukimų per minutę skaičius.	0-999 apsisukimai/min
PULSE	Afišėazė pulsul actual	30-230 BPM

SKAIČIUOJAMOS ATBULINE TVARKA VERTĖS NUSTATYMAS

- Nuspauskite mygtuką **MODE** ir ekrane pasirinkite parametras, kurio vertę norite pasiekti treniruotės metu: laiką, atstumą, kalorijų skaičių; arba nustatykite aukščiausią pulso vertę. (Ekrane turite matyti tik parametras, be informacijos SCAN.)
- Kelias kartus nuspausdami mygtuką **SET**, nustatykite norimą vertę ir patvirtinkite mygtuku **MODE**.
- Skaičiavimas bus pradėtas, pradėjus minti pedalus. Ekrane pamatysite žemyn nukreiptą rodyklę.
- Apie skaičiavimo atbuline tvarka pabaigą arba viršytą nustatytą vertę praneš garsinis signalas.

PULSO MATAVIMAS

DĖMESIO! Širdies ritmo matavimas tik sporto tikslais (netaikomas medicininiais tikslais).

- Nuspauskite mygtuką **MODE** tol, kol ekrane pamatysite **PULSE**.
- Abu delnus padėkite ant vaire esančių pulso jutiklių. Pulso matavimo metu ekrane pamatysite širdies piktogramą.
- Po 3 - 4 sekundžių kompiuteris parodys esamą pulsą.

„RECOVERY“ FUNKCIJA

- Nuspauskite mygtuką **RECOVERY** ir padėkite rankas ant pulso jutiklių. **DĖMESIO!** Funkcija veikia tik, jeigu kompiuteris nustato pulsą.
- Ekrane kompiuteris parodys laiką (**TIME**) 1:00 (1 min) ir pradės skaičiuoti atbuline eiga. Skaičiavimo metu nenuimkite rankų nuo pulso jutiklių.
- Baigęs skaičiavimą, kompiuteris parodys Jūsų rezultatą F1-F6 diapazone. Lentelėje nurodytos vertės:

F1	Puikus
F2	Labai geras
F3	Geras
F4	Patenkinamas
F5	Žemiau vidutinio
F6	Nepatenkinamas

- Nuspaudę mygtuką **RECOVERY**, grįšite į pradžią

„BLUETOOTH“ JUNGTI SU MOBILIA PROGRAMA

Kompiuteris veikia kartu „iConsole+ Training“ programa.

Pradėkite treniruotę ir mėgaukitės naujomis galimybėmis:

- Atsisiųskite programą.
- Mobiliajame įrenginyje įjunkite „Bluetooth“.
- Įjunkite programą ir joje išsirinkite „ZIPRO“ įrenginį, kurį norite prijungti.
- Kuomet „ZIPRO“ įrenginys prisijungs prie programos, kompiuteris ir jo ekranas išsijungs. Nuo šio momento „ZIPRO“ įrenginį valdysite mobiliuoju įrenginiu.



„iOS“ skirta programa



„Android“ skirta programa

BLUETOOTH RYŠYS SU HR DIRŽU

Dviratis automatiškai prisijungs prie HR diržo, jei netoliese aptiks aktyvų priedą. Pulsą matuoti ir naudoti **RECOVERY** funkciją galima tik su krūtinės diržu.

GALIMI GEDIMAI IR JŲ TAISYMAS

DĖMESIO! Garantija negalios, jeigu įrenginio korpusas bus atidarytas be išankstinės konsultacijos su gamintojo servisu. Jeigu įtariate, kad atsirado gedimas, kurio taisymui būtina atidaryti įrenginio korpusą, kreipkitės į gamintojo servisą.

Gedimas	Galimos priežastys	Šalinimas
Įrenginys siūbuoja.	Įrenginys pastatytas ant nelygaus paviršiaus. Po įrenginio atrama yra įrenginio pusiausvyrą trikdantis daiktas.	Pastatykite įrenginį ant lygaus paviršiaus. Ištraukite po įrenginio atrama esantį daiktą. Sureguliuokite išlyginančiuosius kojeles.
	Netinkamai sumontuotos atramos.	Tinkamai sumontuokite įrenginio atramas. Sureguliuokite galinės atramos antgalius.
	Atramos antgaliai uždėti netinkamai ir neišlyginta horizontali padėtis.	Teisingai sumontuokite įrenginio pagrindą. Išlyginkite pagrindo kojeles.
Sėdynė arba vairas juda.	Sėdynės arba vairo iškyšos varžtai ir rankenėlės neprisukti iki galo.	Prisukite sėdynės arba vairo iškyšos varžtus ir rankenėles.
Triukšmas naudojimo metu.	Netinkamai prisukti elementai.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
	Įrenginio darbo metu gali būti girdimas nedidelis triukšmas, atsiradęs dėl inertinio smagračio judėjimo (įrenginio konstrukcijos savybė). Toks triukšmas neturi įtakos įrenginio darbui. Triukšmas, girdimas sukant pedalus priešinga kryptimi, atsiranda dėl techninių įrenginio savybių ir neturi jokių neigiamų pasekmių įrenginio darbui.	
Triukšmas ir nesklandus darbas	Sugadinti guoliai.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
Treniruotės metu nejaučiamas tinkamas pasipriešinimas.	Per laisvas pavaros diržas	Kreipkitės į gamintojo servisą.
	Padidėjo atstumas tarp smagračio ir magnetų.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
Beveik nematoma informacija ekrane.	Kompiuterio baterija išsikrovė.	Pakeiskite ekrano bateriją.
Spaudžiant pedalus, kompiuteris nereaguoja.	Kompiuterio laidas prijungtas netinkamai.	Teisingai prijunkite kompiuterio laidą.
	Kompiuterio laidas prispaustas arba pažeistas.	Kreipkitės į gamintojo servisą.

GARANTIJA

Lenkijos Respublikos teritorijoje pardavėjas Garanto vardu suteikia įrenginiui 24 mėnesių nuo pardavimo datos garantiją. Parduotoms prekėms suteikta garantija neatmeta, neriboja ir nesustabdo Pirkėjo teisių pagal Vartotojų teisių aktą.

CARD DE GARANȚIE - a se vedea pagina 108.

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Garantija apima tik paslėptus, dėl gamintojo kaltės atsiradusius defektus.

2. Parduotuvė arba servisas pripažins garantiją, jeigu klientas pateiks:

- galiojančią ir teisingai užpildytą garantijos kortelę, patvirtintą pardavėjo antspaudu ir parašu;
- galiojantį įrenginio įsigijimo dokumentą, kuriame nurodyta pardavimo data;
- skundą liečiantį įrenginį arba jo dalį.

Jeigu įrenginys bus įsigytas internetinėje parduotuvėje, garantinė kortelė galios, tik pateikus įrenginio įsigijimą patvirtinantį dokumentą (kasos kvitą arba sąskaitą - faktūrą).

3. Skundas bus išnagrinėtas per 14 dienų nuo jo pateikimo dienos laikotarpį.

4. Garantijos galiojimo metu išaiškėję gamykliniai defektai ir gedimai bus nemokamai taisomi per ne ilgesnį nei 21 diena laikotarpį, skaičiuojamą nuo įrenginio pristatymo į parduotuvę ar servisą dienos.

5. Prireikus importuoti atsargines dalis, garantinio remonto laikas gali būti pratęstas, pridėdam dalių importavimui reikalingą laikotarpį, tačiau ne daugiau nei 40 dienų.

6. Garantija neapima:

- mechaninių pažeidimų ir dėl jų atsiradusių defektų,
- gedimų ir defektų, atsiradusių dėl įrenginio naudojimo ne pagal paskirtį, netinkamo laikymo, montavimo ir priežiūros,
- eksploatacinių elementų (virvelių, dirželių, guminių elementų, pedalų, putplasčio rankenų, ratukų, guolių, apmušalų) gedimų ir susidėvėjimo,
- montavimo ir priežiūros darbų, kuriuos pagal naudojimo instrukciją klientas privalo atlikti pats.

7. Garantija netaikoma tokiais atvejais:

- jeigu pasibaigs galiojimo terminas,
- jeigu klientas savarankiškai atliks remontą ar įrenginio konstrukcijos modifikavimą, naudodamas neoriginalias dalis,
- jeigu defektas atsiras dėl netinkamo montavimo arba teisingos eksploatacijos taisyklių, nurodytų naudojimo instrukcijoje, nesilaikymo,
- jeigu įrenginys bus naudojamas kitiems nei būtiniai tikslams,
- jeigu gedimai atsiras transportavimo metu.

8. Garantijos kortelės dublikatai nebus išduodami.

9. Garantinio laikotarpio metu klientas turi teisę pareikalauti:

- nemokamai pataisyti produktą,
- pakeisti produktą,

- sumažinti kainą,
- nutraukti sutartį ir grąžinti visą sumokėtą sumą.

10. Norėdami pateikti skundą:

- pateikite skunde nurodytą produktą arba jo dalį,
- pateikite įrenginio įsigijimo įrodymą, kuriame nurodytas pardavėjo pavadinimas ir adresas, pirkimo data ir vieta, produkto tipas, arba galiojančią garantijos kortelę, patvirtintą parduotuvės antspaudu.

Jeigu įrenginys bus pristatytas nešvarus, servisas gali jo nepriimti arba, klientui davus raštišką sutikimą, jį išvalyti kliento sąskaita.

11. Jeigu skundas bus pripažintas pagrįstu, įrenginys bus pataisytas, pakeistas į naują arba klientui bus grąžinti pinigai. Įrenginio transporto klientui išlaidas padengia gamintojo servisas.

12. Jeigu skundas bus pripažintas nepagrįstu, klientas gaus išsamų tokio sprendimo pagrindimą bei per 14 dienų laikotarpį nuo sprendimo įteikimo dienos įrenginys bus išsiųstas klientui. Transporto išlaidas padengia klientas.

Vážený uživateli,
před tím, než zahájíte smontování zařízení a začnete je používat, seznámete se s následujícím návodem na použití. Tento návod obsahuje důležité informace týkající se bezpečného používání a údržby zařízení. Ponechte si příručku, abyste měli možnost pozdějšího využívání informací týkajících se údržby nebo objednávání náhradních dílů.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení	Baterie AA
Hmotnost	57,1 kg
Provozní teplota	0°C až +40°C
Teplota skladování	-10°C až +60°C
Maximální hmotnost uživatele	130 kg
Třída použití	Třída H
Přesnostní třída	Třída C
Rychlost	0,0-99,9 km/h
Výrobní norma (hlavní)	EN 20957-1:2013
Určení	Magnetický rotoped pro domácnost

BEZPEČNOST

POZOR! Zařízení lze používat výhradně v souladu s jeho určením, to znamená k tréninku dospělých osob. Každé jiné použití zařízení může být nebezpečné. Výrobce nemůže nést odpovědnost za škody, které byly způsobeny nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení bylo navrženo a zkonstruováno s využitím nejnovějších znalostí z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, které by mohly být potenciální příčinou úrazu, byly odstraněny případně zajištěny.
- Neodborné opravy a úpravy nejsou přípustné.
- Jednou za měsíc až dva měsíce zkontrolujte, zda jsou šrouby, vruty a matice řádně utaženy.
- Za účelem trvalého zajištění bezpečnosti pravidelně (tedy jednou za rok) zařízení kontrolujte a zajišťujte jeho údržbu ve specializované prodejně.
- Veškeré změny na zařízení, které nebyly popsány v tomto návodu, mohou být příčinou poškození nebo bezprostředně ohrožovat zdraví a život cvičící osoby. Změny na zařízení mohou provádět výhradně zaměstnanci servisu výrobce nebo jimi v tomto rozsahu vyškolené osoby.
- Na veškerá zařízení se vztahují stále vyvíjené inovační postupy, jejichž účelem je zajistit vysokou kvalitu trenažéru. Z tohoto důvodu si výrobce vyhrazuje právo zavádět technické změny.
- Veškeré otázky nebo pochybnosti spojené se zařízením směřujte na specializovanou prodejnu.

POZOR! Osoby, které pobývají během používání zařízení v jeho blízkosti, je třeba upozornit na případná ohrožení. Zvláštní opatrnost dodržujte v přítomnosti dětí.

POZOR! Před zahájením cvičení konzultujte s lékařem, zda ve vašem případě nejsou zdravotní kontraindikace trénování na zařízení. Na základě názoru odborníka si můžete vypracovat svůj tréninkový plán. Nesprávně zvolený program nebo nadměrné cvičení mohou být nebezpečné vašemu zdraví i životu.

UPOZORNĚNÍ! Systémy sledování tepu mohou být nepřesné. Nadměrná námaha během cvičení může způsobit uraz nebo smrt. Cítíte-li slabost ihned ukončete cvičení.

POZOR! Bezpodmínečně dodržujte pravidla trénování uvedená v tomto návodu.

- Nastavení řídítek a sedla musí zohlednit individuální fyzické předpoklady cvičící osoby, aby byla zajištěna pohodlná a správná poloha při cvičení.
- Při volbě místa k vedení tréninku zohledněte potřebu zajistit bezpečné vzdálenosti od případných překážek. Neumísťujte zařízení v blízkosti komunikačních tahů (cest, brán, průchodů apod.).
- Nepoužívejte posilovací stroj v přímé blízkosti stěny. Šířka bezpečnostní zóny musí přesahovat šířku stroje a její minimální šířka je 2000 mm.







POZOR! Během montáže zařízení dodržujte opatrnost a nedovolte, aby poblíž pobývaly děti. Během montáže se používají drobné části (matice, šrouby apod.), které by děti mohly spolknout.

ZBYTKOVÉ RIZIKO

- Po omezení rizik se pouze 13 z více než 230 skutkových podstat považuje za „veřejně akceptovatelné“.
- Nebude-li použito zabezpečení proti pádu nebo bude, jenže špatně, zbytková rizika stále existují, tj. pád osoby může způsobit odřeniny, modřiny, zlomeniny nebo v nehorším případě i smrt.
- Existuje zbytkové riziko náhodného přetížení cvičící osoby nesprávnou obsluhou nebo špatným hodnocením a také nesprávným zasláním údajů (kvůli elektromagnetickému rušení, chybě softwaru atd.). I nejlepší zabezpečení softwaru a posilovacího stroje nevylučuje softwarovou nebo hardwarovou chybu a teoretický může způsobit přetížení cvičící osoby.
- Produkt je elektrickým spotřebičem, proto nelze vyloučit úraz elektrickým proudem, který může způsobit úmrtí.
- Nelze vyloučit zbytkové riziko udušení.
- Riziko lze omezit dodržením bezpečnostních pokynů uvedených v návodu k obsluze.
- Nelze vyloučit, že náhodné nebo nepovolené použití způsobí jiné neuvedené riziko, nebo uvedené riziko bylo hodnocené špatně.

Hodnocení rizik bylo provedeno na základě „současného stavu zařízení“. Z provedeného hodnocení a kontroly produktu vyplývá, že pravděpodobnost výskytu nepřipustného rizika je téměř nulová. Spotřebič (jeho konstrukce, způsob fungování a použití) nezpůsobí — za běžných podmínek — neodůvodněné riziko pro cvičící osoby a třetí osoby.

ZNAČENÍ OBALŮ PŘI PŘEPRAVĚ

	Neklopit. Nenaklánět.		Zabraňte pádu.
	Křehké. Možnost poškození. Věnujte dostatečnou pozornost.		Chránit před vlhkem.
	Obal vhodný k recyklaci.		Pozor! Těžký produkt.

OBSLUHA

Před zahájením tréninku se přesvědčte, že bylo zařízení správně smontováno.

- Před zahájením prvního tréninku se seznamte se všemi funkcemi a možnostmi nastavování zařízení.
- Zařízení má součásti, které by mohly korodovat. Z toho důvodu se nedoporučuje, aby stálo ve vlhkém prostředí. Věnujte také pozornost tomu, aby zařízení (především jeho vnitřní součásti a elektronika) nebylo vystaveno styku s vodou, nápoji, potem apod.
- Zařízení je určeno pouze k tréninku dospělých osob a v žádném případě není hračkou pro děti. Pokud na vlastní zodpovědnost dovolíte, aby je používaly děti, bezpodmínečně jim vysvětlíte, jak se má správně používat, a trvale je dozorujete.
- Zařízení není vhodné k terapeutickým účelům.
- Při provozu zařízení se mohou vyskytovat tiché šумы při setrvačném pohybu běžeckého pásu, které vyplývají z druhu konstrukce. Nemají žádný vliv na fungování zařízení. V případě rotopedů a eliptických trenažerů je potenciální šumění slyšitelné při šlapaní do pedálů v protisměru dáno technickými důvody a nezpůsobí žádné negativní následky.
- Emise hluku je větší při zatížení než bez zatížení.
- Před zahájením každého tréninku zkontrolujte, zda jsou v pořádku všechna zajištění a šroubové a jiné spoje.
- Během tréninku na zařízení pamatujte na správnou obuv (sportovní obuv).

MONTÁŽ

Montáž zařízení musí být provedena pečlivě dospělou osobou. V případě pochybností požádejte o pomoc někoho s většími zkušenostmi v této oblasti.

- Před zahájením montování se přesvědčte, zda v dodané se zařízením sadě jsou všechny části ze seznamu součástek a zda se některé součástky nezničily při dopravě. Pokud něco chybí nebo máte nějaké výhrady, kontaktujte prodejce.
- Seznamte se s obrázky a vysvětleními a proveďte montáž podle postupu a pořadí uvedeného v návodu na montáž.
- Během montáže zachovejte opatrnost. Při používání nářadí a součástek existuje riziko poranění.
- Pamatujte na zajištění bezpečného okolí. Nerozkládejte nářadí a montážní prvky chaotickým způsobem. Pamatujte, že fólie a jiné umělohmotné obaly mohou ohrozit děti udušením.
- Montážní prvky potřebné k provedení jednotlivých kroků z montážního návodu jsou uvedeny na obrázcích a ve vysvětlivkách. Použijte je v souladu s montážním návodem.
- V první fázi montáže neutahujte součásti až nadoraz. Udělejte to až potom, co budou umístěny všechny prvky a když se přesvědčíte, že jsou správně usazeny.
- Výrobce si vyhrazuje právo na předběžné namontování některých součástí.

POZOR! Montáž náhradních dílů, které jsou z jiného zdroje, než od výrobce, způsobuje ztrátu záruky. Montáž součástí pocházejících z jiných zdrojů je povolena až v případě pozáručních oprav.

VÝMĚNA BATERIÍ

Pokud jsou informace na displeji počítače slabě viditelné, nebo nejsou vidět vůbec, je třeba vyměnit baterii. Sundejte kryt baterie a vyměňte staré baterie za dvě nové. Při jejich umístění na příslušné místo dodržujte označení „+“ a „-“. Pokud by po opětovném spuštění displej stále nefungoval správně, vyjměte baterie na několik minut a opět je vložte na místo.



POZOR! Na opotřebené baterie se nevztahuje záruka. Obsahují škodlivé látky (jako jsou např. kadmium, rtuť nebo olovo), proto je nevyhazujte do komunálního odpadu. Odneste je na místo sběru opotřebených baterií.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ



Zařízení se dodává v obalu, aby bylo chráněno proti případnému poškození během dopravy. Obaly jsou z recyklovatelného materiálu.



Vyhazujte je do příslušných barevných nádob na tříděný odpad.



Chraňte životní prostředí a nevyhazujte vypotřebované baterie do domácího odpadkového koše. Odevzdávejte je v místě, kde byly koupeny nebo na místech určených k jejich sběru.

Opotřebená elektrická zařízení (včetně počítačů) jsou recyklovatelná – nevyhazujte je spolu s komunálním odpadem, protože by mohly obsahovat zdraví a životnímu prostředí nebezpečné látky. Prosíme, abyste aktivně pomáhali při správném hospodaření s přírodními zdroji a ochraně životního prostředí tím, že předáte opotřebené zařízení do sběrného dvora, kde se tato zařízení sbírají.

NASTAVENÍ

NASTAVENÍ VYVAŽOVÁNÍ	Pro dosažení plynulosti a pohodlí jízdy by měla být zajištěna stabilita jízdního kola. Pokud zjistíte, že je kolo během používání nevyvážené, upravte nožičky, které jsou pod předními a zadními stabilizátory. Povolte klíčem šroub s vnitřním šestihranem ve směru pohybu hodinových ručiček. Po uvolnění šroubu otáčejte vyrovnávací patkou, dokud nedosáhne na povrch, na kterém kolo stojí. Po dokončení seřízení opět utáhněte pomocí klíče šestihraný šroub, otáčením proti směru pohybu hodinových ručiček. Je-li to nutné, opakujte postup na ostatních vyrovnávacích nožičkách.
NASTAVENÍ ODPORU	Upravte odpor na kole pomocí tlačítka pro nastavení brzdy. Pro zvýšení úrovně odporu otočte tlačítkem doprava (ve směru pohybu hodinových ručiček), pro snížení otočte tlačítkem doleva (proti směru pohybu hodinových ručiček). Pro nouzové brzdění stiskněte brzdový tlačítko.
NASTAVENÍ SEDLA	Správná výška sedla zvyšuje efektivitu cviků a snižuje riziko zranění. Nastavení sedla dopředu nebo dozadu vám může pomoci procvičovat různé svalové skupiny. Umístěte pedály svisle (jeden pedál dole, jeden nahoře). Nasedněte na kolo a položte nohy na pedály. Ujistěte se, že je noha na spodním pedálu položena pohodlně.

	<p>Pokud je koleno příliš ohnuté, zvedněte sedlo. Pokud nemůžete dosáhnout na pedál nebo máte nohu příliš propnutou, spusťte sedlo níž.</p> <p>Pro nastavení výšky sedla povolte spodní upínací páku a zvedněte nebo spusťte sedlo do požadované polohy. Ujistěte se, že páka zapadá do správného otvoru v sedlovce. Nezvedejte sedlovku nad značku STOP. Potom páčku pevně utáhněte otáčením její rukojeti ve směru pohybu hodinových ručiček.</p> <p>Chcete-li nastavit vodorovnou polohu sedla, povolte horní upínací páčku a posuňte sedlo do požadované polohy. Potom páčku pevně utáhněte otáčením její rukojeti ve směru pohybu hodinových ručiček.</p>
NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK	<p>Pro nastavení výšky řídítek povolte upínací páku a spusťte nebo zvedněte řídítka do požadované polohy. Ujistěte se, že páčka zapadá do správného otvoru ve sloupku řídítek. Potom páčku pevně utáhněte otáčením její rukojeti ve směru pohybu hodinových ručiček.</p> <p>Chcete-li nastavit vodorovnou polohu řídítek, povolte upínací páčku a posuňte řídítka do požadované polohy. Potom páčku pevně utáhněte otáčením její rukojeti ve směru pohybu hodinových ručiček.</p>
NASTAVENÍ KOŠÍKŮ V PEDÁLECH	<p>Umístěte chodidlo do košíku tak, aby špička boty těsně přiléhala ke špičce košíku. Otočte pedál tak, abyste na něj dosáhli rukou, a zatáhněte za nastavovací pásek, dokud horní část koše těsně nedosedne na botu. Vložte popruh zpět do přezky. Totéž zopakujte s košíkem na druhém pedálu.</p>
SESTUPOVÁNÍ Z KOLA	<p>POZOR! Nesestupujte z kola ani nedávejte nohy z pedálů, dokud se pedály úplně nezastaví.</p> <p>Setrvačnick můžete kdykoli zastavit stisknutím brzdového knoflíku.</p>
PŘENÁŠENÍ KOLA	<p>Před přemístěním spinningového kola se ujistěte, že jsou řídítka řádně zajištěna a nemají vůli. Pokud se řídítka pohybují, pevně utáhněte upínací páčky.</p> <p>Pro přesunutí kola se postavte před kolo před řídítka. Pevně uchopte obě strany řídítek a položte jednu nohu na přední základnu. Nakloňte kolo směrem k sobě, dokud se přepravní kolečka nedotknou země. S koly na zemi přemístěte kolo na požadované místo a potom jej jemně spusťte dolů, přičemž opět přidržujte přední základnu nohou.</p>

MONTÁŽNÍ SCHÉMA

UPOZORNĚNÍ! Zabraňujte se používat díly jiných dodavatelů než výrobce.

Č.	Popis	Počet
1	Hlavní rám	1
2	Přední základna	1
3	Krytka přední základny	2
4	Zadní krytka základny	2
5	Vyrovňovací nožka	2
6	Zajišťovací šroub M8x99	4
7	Plochá podložka M8	6
8	Pružinová podložka M8	4
9	Krytka šroubu	4
10	Nylonová krytka	2
11	Kolečko	2
12	Zadní základna	1
13	Imbusový šroub M8x44	2
14	Samořezný šroub s křížovou drážkou	2
15 L/R	Levý / pravý pedál	1/1
16	Upínací páka	3
17	Objímka	1
18	Sedlovka	1
19	Sedlovka	1
20	Trubková záslepka	3
21	Objímka	4
22	Blok ve tvaru V	1
23	Šestihranný pojistný šroub	1
24	Šroub se šestihrannou hlavou	2
25	Sloupek řídítek	1
26	Řídítka	1
27	Upínací páka	1
28	Sedlo	1
29 L/R	Levá / pravá klika	1/1
30	Ochranný kryt	1
31	Tlačítko brzdy	1
32	Plochá podložka	1
33	Šestihranný šroub	2
34	Šroub s vnitřním šestihranem M10x20	2
35	Šroub s křížovou hlavou	2
36	Plochá podložka	2
37	Držák na láhev s vodou	1
38	Láhev na vodu	1
39	Kabel snímače	1
40	Počítač	1
41	Šroub	4

ÚDRŽBA ZAŘÍZENÍ

Pravidelně provádějte údržbu zařízení. Následující činnosti provádějte minimálně jednou za 20 hodin provozu rotopedu.

- Překontrolujte pohyblivé části zařízení. Pokud nejsou dostatečně namazané, použijte mazivo na cyklistická ložiska.
- Překontrolujte stav takových prvků, jako jsou šrouby a matice. Pečujte o to, aby byly dobře utaženy.
- Po každém tréninku otřete pot ze zařízení. Věnujte pozornost tomu, aby displej neměl kontakt a vodou ani vlhkem.
- K čištění zařízení používejte výhradně vodu s mýdlem. Nepoužívejte čisticí prostředky.
- Uchovávejte zařízení na suchém a teplém místě.
- Nevystavujte zařízení působení slunečního záření.

TRÉNINK A FÁZE CVIČENÍ

Používání trenážeru bude pro Vás velmi prospěšné. Především zlepší Vaši kondici, posílí svaly a ve spojení s příslušnou dietou umožní spálit zbytečnou tukovou tkáň.

1. ROZCVIČKA

To je fáze, která zlepšuje proudění krve v celém těle a připravuje svaly na intenzivní námahu. Snižuje také riziko vzniků křečí a úrazu. Doporučuje se provést několik protahovacích cviků, jak je uvedeno níže. Pokud pocítíte bolest, přestaňte cvičit nebo zmenšete rozsah prováděného pohybu.

PROTAHOVACÍ CVIČENÍ:

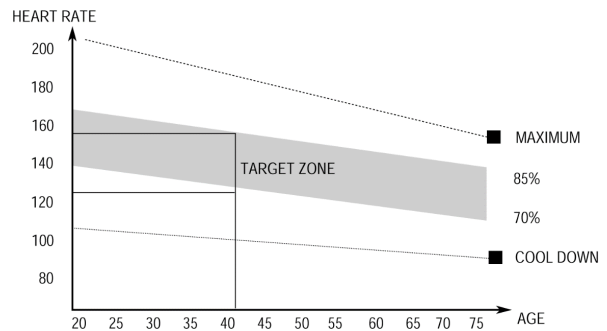
- **PROTAHOVÁNÍ VNITŘNÍCH STEHENNÍCH SVALŮ** Posadte se na rovném podkladu s ohnutými nohama a s koleny směřujícími ven. Spojte chodidla a přiblížte je k tělu tak blízko, jak je to možné. Jemně stlačte kolena směrem k zemi a vydržte v této poloze po dobu 15 sekund.
- **ROZTAHOVÁNÍ STEHEN** Posadte se na rovném podkladu. Narovnejte pravou nohu a spodní stranu levého chodidla přiložte k pravému stehnu. Natáhněte pravou ruku ve směru prstů pravé nohy tak daleko, jak je to možné. Vydržte po dobu 15 sekund. Zopakujte činnost s levou nohou.
- **OTOČKY HLAVY** Držte hlavu rovně a dívejte se před sebe. Aniž byste pohybovali rameny, otočte hlavu doprava a narovnejte zpět a následně doleva a narovnejte.
- **ZVEDÁNÍ RAMEN** Zvedněte levou ruku jak je to možné nahoru a vydržte po dobu několika sekund. Činnost zopakujte s pravou rukou.
- **ROZTAHOVÁNÍ ACHILOVEK** Postavte se obličejem ke stěně, levou nohu vysuňte dopředu a mírně ohněte v kolenně. Pravou držte zezadu – narovnanou, s patou položenou rovně na podkladu. Držte obě paty rovně na podkladu a přitlačte boky směrem ke stěně. Udržujte tuto polohu po dobu 30 sekund. Zopakujte postup s vysunutou pravou nohou. Pamatujte, abyste během cvičení neprohýbali záda do oblouku.
- **PŘEDKLONY** Postavte se se spojenými nohama. Proveďte předklon a snažte se při tom co nejvíce přiblížit hrud' ke kolenům. Vydržte 15 sekund. Pamatujte na to, abyste neohýbali kolena.

2. FÁZE CVIČENÍ

Toto je vlastní fáze tréninku. Cvičte vlastním tempem tak, abyste dosáhli tep vhodný pro svůj věk, jak je to uvedeno na následujícím grafu.

3. ODDECHOVÁ FÁZE

Tato fáze umožňuje uklidnit krevní oběh a uvolnit svaly. Je to opakování rozcvičky. Je třeba pamatovat na to, abyste nepřetěžovali svaly.



NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČE

Před používáním odstraňte ochrannou fólii z displeje počítače.

POČÍTAČ (MODEL)

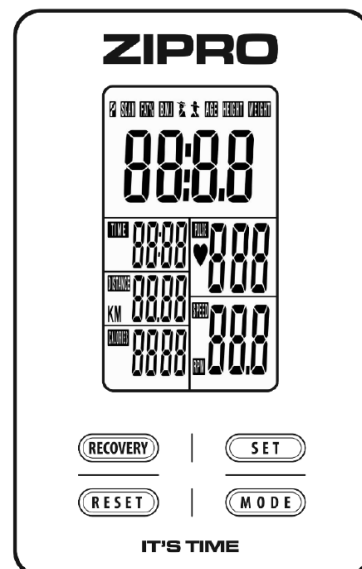
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Počítač se vypne, když bude setrvačnick uведен do pohybu nebo bude stlačeno libovolné tlačítko. Počítač se vypne automaticky po 4 minutách nečinnosti.

POPIS JEDNOTLIVÝCH TLAČÍTEK

- **SET** – určený na nastavení hodnot parametrů.
- **MODE** – umožňuje vybrat parametr.
- **RESET** – určený na okamžité vynulování času, vzdálenosti a kalorií.
- **RECOVERY** – umožňuje vám sledovat úroveň vaší kondice kontrolováním rychlosti návratu vaší tepové frekvence po ukončení cvičení do klidového tempa.



FUNKCE (SPECIFIKACE)

SCAN	Postupně zobrazuje na obrazovce všechny měřené parametry tréninku.	každé 6 sekundy
TIME	Počítá celkovou dobu cvičení od jeho zahájení do ukončení.	00:00-99:59 min
SPEED	Zobrazuje momentální rychlost.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Počítá celkovou vzdálenost od zahájení do ukončení cvičení.	0,0-99,99 km
CALORIES	Počítá celkový počet spálených kalorií od zahájení do ukončení cvičení. (Měření je pouze orientační, má za účel porovnávat výsledků různých tréninků, a není použitelné při léčbě).	0,0-9999 kcal
RPM	Kadence displeje (otacky za minutu)	0-999 ot./min
PULSE	Zobrazuje momentální puls.	30-230 BPM

NASTAVENÍ HODNOTY ODPOČÍTÁVÁNÍ

- Stlačením **MODE** nastavte na obrazovce parametr, jehož hodnotu chcete dosáhnout během tréninku: čas, vzdálenost, počet kalorií nebo nastavte horní hranici pulzu.
- (Na displeji by měl být zobrazený samotný parametr bez možnosti SCAN.)
- Opakovaným stisknutím tlačítka **SET**, nastavte požadovanou hodnotu a potvrďte tlačítkem **MODE**.
- Odpočítávání začne po tom, co začnete šlapat. Na obrazovce se zobrazí šípka dolů.
- Skončení odpočítávání nebo překročení nastavené hodnoty pulzu bude oznámeno zvukovým signálem.

PULSE RATE

UPOZORNĚNÍ! Měření srdečního tepu pouze k sportovním účelům (vylučuje se použití k lékařským účelům).

- Stlačte tlačítko **MODE**, až se na obrazovce objeví **PULSE**.
- Položte obě dlaně na čidla pulzu na řídítkách. Během provádění měření počítač zobrazí ikonku ve tvaru srdce.
- Po uplynutí 3 až 4 sekund počítač zobrazí momentální pulz.

FUNKCE RECOVERY

- Stiskněte tlačítko **RECOVERY** a položte ruce na snímače tepové frekvence. **POZOR!** Funkce bude fungovat pouze tehdy, když počítač detekuje puls.
- Počítač zobrazí na obrazovce (**TIME**) 1:00 (1 min) a začne odpočítávat. Během odpočítávání mějte ruce na snímačích tepové frekvence.
- Po dokončení odpočítávání počítač zobrazí váš výsledek v rozsahu F1-F6. K přečtení výsledku použijte níže uvedenou tabulku:

F1	Vynikající
F2	Velmi dobrá
F3	Dobrá
F4	Dostačující
F5	Podprůměrná
F6	Nedostačující

- Stiskněte znovu tlačítko **RECOVERY** pro návrat na začátek.

BLUETOOTH SPOJENÍ S MOBILNÍ APLIKACÍ

Počítač spolupracuje s aplikací iConsole+ Training.

Začněte trénink a radujte se z nových možností:

- Stáhněte aplikaci.
- Zapněte Bluetooth ve svém mobilním zařízení.
- Zapněte aplikaci a zvolte v ní své zařízení ZIPRO, se kterým se chcete spojit.
- Když se ZIPRO spojí s aplikací, počítač se vypne a jeho obrazovka zhasne. Od té doby ovládáte ZIPRO prostřednictvím svého mobilního zařízení.



Aplikace pro iOS



Aplikace pro Android

PŘIPOJENÍ BLUETOOTH K OPASKU HR

Kolo se automaticky připojí k HR pásu, pokud zjistí aktivní příslušenství v blízkosti. Měření tepu a použití funkce **RECOVERY** je možné pouze s hrudním pásem.

MOŽNÁ POŠKOZENÍ A ZPŮSOBY OPRAVY

POZOR! Otevření krytu zařízení bez předchozího kontaktování servisu výrobce je důvodem ke ztrátě záruky. Pokud máte podezření, že porucha, která se vyskytla, vyžaduje otevření krytu, kontaktujte servis výrobce.

Popis chyby	Možné příčiny	Řešení
Zařízení se kolébá	Zařízení bylo postaveno na nerovném povrchu. Pod podstavcem zařízení je předmět, který způsobuje nerovnováhu.	Postavte zařízení na rovném povrchu. Nastavte vyrovnávací nožky. Odstraňte předmět, který způsobuje nerovnováhu.
	Podstavce nebyly správně namontovány.	Namontujte podstavce zařízení správně. Vyrovnajte násadky na zadním podstavci.
	Násadky na podstavcích nebyly správně namontované a vyrovnané.	Nainstalujte správně základnu zařízení. Vyrovnajte kryty na základně.
Sedlo nebo řídkta se kolébají	Šrouby a kolečka sloupku sedla nebo řídktek nebyly utažené.	Utáhněte šroub a kolečko sloupku sedla nebo řídktek.
Hluk během používání	Nesprávně utažené součástky.	Kontaktujte servis výrobce.
	Při práci zařízení se mohou vyskytnout tiché šumy způsobeny pohybem setrvačnicku, vyplývají z druhu konstrukce. Nemají žádný vliv na fungování zařízení. Šum, který by mohl být případně slyšet během točení pedály opačným směrem, je podmíněny technicky a nemá žádné negativní důsledky.	
Hluk a přerušování chodu	Poškozená ložiska.	Kontaktujte servis výrobce.
Při tréninku chybí příslušný odpor	Povolený pás pohonu.	Kontaktujte servis výrobce.
	Zvětšil se odstup mezi setrvačnickem a magnety.	Kontaktujte servis výrobce.
Informace na displeji jsou sotva viditelné	Baterie počítače je vybitá.	Vyměňte baterie v displeji.
Počítač nereaguje při šlapání do pedálů	Kabel počítače není správně připojen.	Připojte správně kabel počítače.
	Kabel počítače je stlačený / prodřený.	Kontaktujte servis výrobce.

ZÁRUKA

Jménem Poskytovatele záruku poskytuje prodejce záruku platnou na území Polské republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje. Záruka za prodané zboží nevyklučuje, neomezuje ani nepozastavuje oprávnění Kupujícího vyplývající z předpisů o právech spotřebitelů.

ZÁRUČNÍ KARTA - Viz strana 108.

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

1. Reklamační a záruka se vztahují výhradně na skryté vady vzniklé vinou výrobce.
2. Reklamační bude prodejnou nebo servisem přijata potom, co zákazník předloží:
 - platný, čitelný a správně vyplněný záruční list s razítkem a podpisem prodejce,
 - platný prodejní doklad o nákupu zařízení s datem prodeje,
 - reklamované zboží nebo vadnou součástku.
 V případě nákupu na dálku je záruční list platný pouze na základě prodejního dokladu (účtenka / faktura).
3. Reklamační bude vyřízena v termínu do 14 dnů od chvíle nahlášení vady Zákazníkem.
4. Výrobní vady a poškození, které se projeví během záruční lhůty, budou opraveny zdarma v termínu nejpozději do 21 dnů od data dodání zboží do prodejny nebo servisu.
5. V případě nutnosti dovézt importovanou součástku se může doba záruční opravy prodloužit o dobu nezbytnou pro její dovezení, avšak ne více než o 40 dnů.
6. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanická poškození a na vady, které tato poškození vyvolala,
 - poškození a vady vzniklé v důsledku nesprávného používání nebo používání v rozporu s určením, nesprávného uchovávání, montování a údržby zařízení,
 - poškození a opotřebení provozních součástí, jako jsou: lanka, pásky, pryžové prvky, pedály, pěnová madla, kolečka, ložiska, čalounění.
 - činnosti spojené s montáží a s údržbou, které je uživatel povinen v souladu s návodem provádět sám.
7. Záruku nelze využít v následujících případech:
 - po uplynutí záruční lhůty,
 - pokud zákazník provedl nebo nechal provést na vlastní ruku opravy a změny zařízení s použitím nepůvodních částí,
 - když zjištěná vada vyplývá z nesprávného nainstalování, nebo vznikla v důsledku nedodržování pravidel správného provozování popsaných v návodu na obsluhu,
 - jiného používání než domácí,
 - poškození vzniklých během dopravy.
8. Duplikáty záručních listů se nebudou vydávat.
9. V rámci záruky může zákazník požadovat následující druhy bezplatného plnění:
 - opravu výrobku,
 - výměnu výrobku,
 - snížení ceny výrobku,
 - rozvázání kupní smlouvy a úplné vrácení nákladů.
10. Za účelem nahlášení reklamační je třeba:
 - a. Uvést výrobek nebo jeho část, které se reklamační týká.
 - b. Předložit prodejní doklad uvádějící název a adresu prodejce, datum a místo nákupu, druh výrobku nebo platný záruční list s razítkem prodejny.
 - c. V případě, že bude reklamovaný výrobek dodaný špinavý, servis může odmítnout jej přijmout nebo nechat provést vyčištění na náklady zákazníka, s jeho písemným souhlasem.
11. V případě pozitivního vyřízení reklamační bude zařízení opraveno nebo vyměněno za nové a nebo budou zákazníkovi vráceny peníze. Náklady na dopravu zboží k zákazníkovi zaplatí servis výrobce.
12. V případě odmítnutí záruční reklamační obdrží zákazník podrobné opodstatnění tohoto rozhodnutí a v termínu do 14 dnů od chvíle rozhodnutí bude zařízení odesláno zákazníkovi na jeho náklady.

Vážení užívatel,

pred tým, ako zahájite montovanie a začnete používať zariadenie, sa zoznámte s nasledujúcim návodom na použitie. Tento návod obsahuje dôležité informácie týkajúce sa bezpečného používania a údržby zariadenia. Ponechajte si príručku, aby ste mali možnosť aj neskoršie využívať informácie týkajúce sa údržby, alebo mohli objednávať náhradné diely.

TECHNICKÉ PARAMETRE

Napájanie	Batéria AA
Hmotnosť	57,1 kg
Prevádzková teplota	od 0 °C do +40 °C
Teplota uchovávania	od -10 °C do +60 °C
Maximálna hmotnosť používateľa	130 kg
Trieda použitia	Trieda H
Trieda presnosti	Trieda C
Rýchlosť	0,0-99,9 km/h
Norma výrobku (hlavná)	EN 20957-1:2013
Určenie	Spinningový bicykel na domáce použitie

BEZPEČNOSŤ

POZOR! Zariadenie sa môže používať výhradne v súlade s jeho určením, to znamená na tréning dospelých osôb. Každé iné použitie zariadenia môže byť nebezpečné. Výrobca nemôže niesť zodpovednosť za škody, ktoré boli spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

- Zariadenie bolo navrhnuté a skonštruované s využitím najnovších znalostí z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, ktoré by mohli byť potenciálnou príčinou úrazu, boli odstránené prípadne zaistené.
- Stroj samostatne neopravujte ani nemeňte, je to zakázané.
- Raz za mesiac až dva mesiace skontrolujte, či sú skrutky a matice riadne utiahnuté.
- Za účelom trvalého zaistenia bezpečnosti pravidelne (teda raz za rok) zariadenie prekontrolujte a zaisťujte jeho údržbu v špecializovanej predajni.
- Všetky zmeny na zariadení, ktoré neboli opísané v tomto návode, môžu byť príčinou poškodenia alebo bezprostredne ohrozovať zdravie a život cvičiacej osoby. Zmeny na zariadení môžu vykonávať výhradne zamestnanci servisu výrobcu alebo nimi v tomto rozsahu vyškolené osoby.
- Na všetky zariadenia sa vzťahujú stále prebiehajúce inovačné postupy za účelom zaistenia ich vysokej kvality. Z tohto dôvodu si výrobca vyhradzuje právo zavádzať technické zmeny.
- Všetky otázky alebo pochybnosti spojené so zariadením smerujte na špecializovanú predajňu.

POZOR! Osoby, ktoré sú počas používania zariadenia v jeho blízkosti, je treba upozorniť na prípadné ohrozenia. Zvláštnu opatrnosť dodržiavajte v prítomnosti detí.

POZOR! Pred zahájením cvičení konzultujte s lekárom, či vo vašom prípade nie sú zdravotné kontraindikácie tréningu na zariadení. Na základe názoru odborníka si môžete vypracovať svoj tréningový plán. Nesprávne zvolený program alebo nadmerné cvičenie môžu byť nebezpečné vášmu zdraviu a životu.

VAROVANIE! Systémy sledovania teploty nemusia byť presné. Prílišná únava počas cvičenia môže viesť k vážnym úrazom, alebo dokonca až k smrti. Ak sa cítite slabé, okamžite prestaňte cvičiť.

POZOR! Bezpodmienečne dodržujte pravidla tréningu uvedené v tomto návode.

- Pred pripojením zariadenia do napájania sa presvedčte, že miestne napätie odpovedá druhovi zástrčky.
- Pri voľbe miesta na tréning zohľadnite potrebu zaistiť bezpečné vzdialenosti od prípadných prekážok. Neumiestňujte zariadenie v blízkosti komunikačných ťahov (ciest, brán, priechodov apod.).
- Stroj nepoužívajte v blízkosti steny, je to zakázané. Bezpečnostná zóna okolo stroja musí mať 2000 mm a aspoň takú šírku, akú má stroj.

POZOR! Počas montáže zariadenia dodržujte opatrnosť a nedovoľte, aby boli v blízkosti detí. Počas montáže sa používajú drobné časti (matice, skrutky apod.), ktoré by deti mohli prehltnúť.

ZVÝŠKOVÉ RIZIKO

- Po obmedzení rizika iba 13 z viac než 230 príčin sa považuje za „všeobecne akceptovateľné“.
- V prípade, ak sa ochrana pred pádom nepoužíva, alebo ak sa nepoužíva, avšak nesprávne, existuje zvyškové riziko, tzn. riziko pádu osoby, čo môže viesť k odretiu pokožky, modrinám, zlomeninám alebo v najhoršom prípade k smrti.
- Existuje zvyškové riziko nezamýšľaného preťaženia cvičiacej osoby v dôsledku nesprávnej obsluhy alebo nesprávnym posúdením, a tiež nesprávnym zaslaním údajov (kvôli elektromagnetickému rušeniu, chybe softvéru ap.). Dokonca aj to najlepšie zabezpečenie softvéru a náčinia úplne nevyklučuje chyby softvéru či náčinia, čo môže teoreticky viesť k preťaženiu cvičiacej osoby.
- Výrobok je elektrické zariadenie, preto sa nedá vylúčiť úraz spôsobený zásahom el. prúdom, ktorý môže viesť až k smrti.
- Nedá sa vylúčiť zvyškové riziko udusenía.
- Riziko sa dá obmedziť dodržiavaním bezpečnostných pokynov, ktoré sú uvedené v používateľskej príručke.
- Nedá sa vylúčiť, že nezamýšľané alebo nepovolené použitie spôsobí iné, nezohľadnené riziko, a že zohľadnené riziko nebolo posúdené správne.

Hodnotenie bolo v analýze rizika vykonané na základe „aktuálneho stavu zariadenia“. Z vykonaného hodnotenia a kontroly výrobku vyplýva, že pravdepodobnosť výskytu neprípustného rizika je veľmi nízka. Zariadenie (jeho konštrukcia, spôsob fungovania a použitie) nespôsobuje — pri normálnych podmienkach — neopodstatnené riziko pre cvičiaceho ani pre tretie osoby.

MANIPULAČNÉ ZNAKY NA PREPRAVNÝCH OBALOCH

Touto stranou dohora.
Neprevracat.



Chráňte pred pádom.



Opatrne, krehké.
Riziko poškodenia.
Zachovávajte ostražitosť.



Chráňte pred vlhkosťou.



Obal je vhodný na recykláciu.



Pozor, ťažký výrobok.

OBSLUHA

Pred zahájením tréningu sa presvedčte, že zariadenie bolo správne zmontované.

- Pred zahájením prvého tréningu sa zoznámte so všetkými funkciami a možnosťami nastavovania zariadenia.
- Zariadenie má súčasti, ktoré by mohli korodovať. Z tohto dôvodu sa neodporúča, aby stálo vo vlhkom prostredí. Venujte tiež pozornosť tomu, aby zariadenie (predovšetkým jeho vnútorné súčasti a elektronika) nebolo vystavené styku s vodou, nápojmi, potom apod.
- Zariadenie je určené iba na tréning dospelých osôb, v žiadnom prípade to nie je hračka pre deti. Pokiaľ na vlastnú zodpovednosť dovoľíte, aby ho používali deti, bezpodmienečne im vysvetlite, ako sa má správne používať, a dohliadnete na nich.
- Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.
- Pri prevádzke zariadenia sa môžu vyskytovať tiché šумы pri zotrvačnom pohybe bežeckého pásu, ktoré vyplývajú z druhu konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na fungovanie zariadenia. V prípade cyklotrenažerov a eliptických trenažerov potenciálny šum, ktorý vzniká pri krútení pedálov opačným smerom, je spôsobený technickými riešeniami, a tento jav nemá žiadne negatívne následky.
- Hlučnosť pri zaťažení je vyššia než bez zaťaženia.
- Pred zahájením každého tréningu skontrolujte, či sú v poriadku všetky zaistenia a skrutkové a iné spoje.
- Počas tréningu na zariadení pamätajte na správnu obuv (športovú obuv).

MONTÁŽ

Montáž zariadenia musí byť vykonaná starostlivo dospelou osobou. V prípade pochybností požiadajte o pomoc niekoho s väčšími skúsenosťami v tejto oblasti.

- Pred zahájením montovania sa presvedčte, či v sade dodanej so zariadením sú všetky časti zo zoznamu súčastok a či sa niektoré súčastky nezničili pri doprave. Pokiaľ niečo chýba alebo máte nejaké výhrady, kontaktujte predajcu.
- Zoznámte sa s obrázkami a vysvetleniami a prevedte montáž podľa postupu a poradia uvedeného v návode na montáž.
- Zachovajte opatrnosť počas montáže. Pri používaní náradia a súčastok existuje riziko poranenia.
- Pamätajte na zaistenie bezpečného okolia. Nerozkladajte náradie a montážne prvky chaotickým spôsobom. Pamätajte, že fólie a iné umelohmotné obaly môžu ohroziť deti udusením.
- Montážne prvky potrebné na prevedenie jednotlivých krokov z montážneho návodu sú uvedené na obrázkoch a vo vysvetlivkách. Používajte prvky podľa montážneho návodu.
- V prvej fáze montáže neťahujte súčasti až úplne dokonca. Urobte to až potom, keď budú umiestnené všetky prvky a keď sa presvedčíte, že sú správne usadené.
- Výrobca si vyhradzuje právo na predbežné namontovanie niektorých prvkov.

POZOR! Montáž náhradných dielov, ktoré sú z iného zdroja, ako od výrobcu, spôsobuje stratu záruky. Montáž súčastí pochádzajúcich z iných zdrojov je možná až v prípade pozáručných oprav.

ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

Zariadenie sa dodáva v obale, aby bolo chránené proti prípadnému poškodeniu pri doprave. Obaly sú z recyklovateľného materiálu. Vyhadzujte ich do príslušných farebných nádob na triedený odpad.



Chránite životné prostredie a nevyhadzujte spotrebované batérie do domáceho odpadkového koša. Odovzdávajte ich v mieste, kde boli kúpené alebo na miestach určených na ich zber.

Opotrebené elektrické zariadenia (vrátane počítačiel) sú recyklovateľné – nevyhadzujte ich spolu s komunálnym odpadom, pretože by mohli obsahovať zdraviu a životnému prostrediu nebezpečné látky. Prosíme, aby ste aktívne pomáhali pri správnom hospodárení s prírodnými zdrojmi a pri ochrane životného prostredia tým, že predáte opotrebené zariadenie do zberu, kde sa takéto zariadenia likvidujú.

NASTAVENIE

NASTAVENÍ VYVAŽOVANIA	Pre dosiahnutie plynulosti a pohodlia pri jazde by mala byť zaistená stabilita bicykla. Pokiaľ zistíte, že je bicykel počas používania nevyvážený, upravte nôžky, ktoré sú pod prednými a zadnými stabilizátormi. Povoľte kľúčom skrutku s vnútorným šesťhranom otáčaním vo smere pohybu hodinových ručičiek. Po uvoľnení skrutky otáčajte vyrovnávacou pätkou dokiaľ nebude na povrchu na ktorom stojí bicykel. Po dokončení nastavovania opäť s použitím kľúča utiahnite šesťhrannú skrutku otáčaním proti smeru pohybu hodinových ručičiek. Pokiaľ to je nutné, opakujte postup na zvyšných vyrovnávacích nožičkách.
NASTAVENIE ODPORU	Upravte odpor na bicykli s použitím tlačidla pre nastavenie brzdy. Pre zvýšenie úrovne odporu otočte tlačidlo doprava (vo smere pohybu hodinových ručičiek), pre zníženie otočte tlačidlo doľava (proti smeru pohybu hodinových ručičiek). Pre núdzové brzdenie stlačte brzdové tlačidlo.
NASTAVENIE SEDLA	Správna výška sedla zvyšuje efektívnosť cvikov a znižuje riziko zranenia. Nastavenie sedla dopredu alebo dozadu vám môže pomáhať precvičiť rôzne svalové skupiny. Umiestnite pedále zvislo (jeden pedál dole, druhý hore). Nasadnite na bicykel a položte nohy na pedále. Presvedčte sa, že noha na spodnom pedále je položená pohodlne. Pokiaľ je koleno príliš ohnuté, zdvihnite sedlo. Pokiaľ nemôžete dosiahnuť na pedál alebo máte nohu príliš napnutú, spustte sedlo nižšie. Pre nastavení výšky sedla povoľte spodnú upínaciu páku a zdvihnite alebo spustte sedlo do požadovanej polohy. Presvedčte sa, že páka zapadá do správneho otvoru v sedlovke. Nezdvíhajte sedlovku nad značku STOP. Následne páčku pevne utiahnite otáčaním jej rukoväti vo smere pohybu hodinových ručičiek. Pokiaľ chcete nastaviť vodorovnú polohu sedla, povoľte hornú upínaciu páčku a posuňte sedlo do požadovanej polohy. Následne páčku pevne utiahnite

	otáčaním jej rukoväti vo smere pohybu hodinových ručičiek.
NASTAVENÍ RIADIDIEL	Pre nastavení výšky riadidiel povoľte upínaciu páku a spusťte alebo zdvihnite riadidla do požadovanej polohy. Presvedčte sa, že páčka zapadá do správneho otvoru v stĺpiku riadidiel. Následne páčku riadne utiahnite otáčaním jej rukoväti vo smere pohybu hodinových ručičiek. Pokiaľ chcete nastaviť vodorovnú polohu riadidiel, povoľte upínaciu páčku a posuňte riadidla do požadovanej polohy. Následne páčku riadne utiahnite otáčaním jej rukoväti vo smere pohybu hodinových ručičiek.
NASTAVENIE KOŠÍKOV V PEDÁLOCH	Umiestnite chodidlo do košíku tak, aby špička obuvi tesne priliehala ku špičke košíku. Otočte pedál tak, aby ste na neho dosiahli rukou, a zatiahnite za nastavovací pások, dokiaľ horná časť koša nedosadne tesne na obuv. Vložte popruh späť do spony. To isté zopakujte s košíkom na druhom pedále.
ZOSTUPOVANIE Z BICYKLA	POZOR! Nezostupujte z bicykla ani nedávajte nohy z pedálov, pokiaľ sa pedále úplne nezastavia. Zotrvačnik môžete kedykoľvek zastaviť stlačením brzdového tlačidla.
PRENÁŠANIE BICYKLA	Pred premiestnením spinningového bicykla sa presvedčte, že sú riadidla riadne zaistené a nie sú voľné. Pokiaľ sa riadidla pohybujú, pevne utiahnite upínacie páčky. Pre presunutie bicykla sa postavte pred bicykel pred riadidla. Pevne uchopte obidve strany riadidiel a položte jednu nohu na prednú základňu. Nakloňte bicykel smerom ku sebe, dokiaľ sa prepravné kolieska nedotknú dlážky. S kolieskami na zemi premiestnite bicykel na požadované miesto a následne ho jemne spusťte dolu, pričom opäť pridržiujte prednú základňu nohou.

MONTÁŽNÍ SCHÉMA

UPOZORNĚNÍ! Zabraňuje se používat díly jiných dodavatelů než výrobce.

Č.	Opis	Množstvo
1	Hlavný rám	1
2	Predná základňa	1
3	Krytka prednej základni	2
4	Zadná krytka základni	2
5	Vyrovňavací nôžka	2
6	Zaisťovacia skrutka M8x99	4
7	Plochá podložka M8	6
8	Pružinová podložka M8	4
9	Pružinová podložka	4
10	Nylonová krytka	2
11	Koliesko	2
12	Zadná základňa	1
13	Imbusová skrutka M8x44	2
14	Samorezná skrutka s krížovou drážkou	2
15 L/R	Ľavý / pravý pedál	1/1
16	Upínacia páka	3
17	Objímka	1
18	Sedlovka	1
19	Sedlovka	1
20	Rúrková zátka	3
21	Objímka	4
22	Blok vo tvare V	1
23	Šesťhranná poistná skrutka	1
24	Skrutka s šesťhrannou hlavou	2
25	Stĺpik riadidiel	1
26	Riadidla	1
27	Upínací páka	1
28	Sedlo	1
29 L/R	Ľavá / pravá klika	1/1
30	Ochranný kryt	1
31	Tlačidlo brzdy	1
32	Plochá podložka	1
33	Šesťhranná skrutka	2
34	Skrutka s vnútorným šesťhranom M10x20	2
35	Skrutka s krížovou hlavou	2
36	Plochá podložka	2
37	Držiak na fľašu s vodou	1
38	Fľaša na vodu	1
39	Kábel snímača	1
40	Počítač	1
41	Skrutka	4

ÚDRŽBA ZARIADENIA

Pravidelne vykonávajte údržbu zariadenia. Nasledujúce činnosti robte minimálne po 20 hodinách premávky rotopéda.

- Prekontrolujte pohyblivé časti zariadenia. Pokiaľ nie sú dostatočne namazané, použite mazivo na cyklistické ložiska.
- Prekontrolujte stav takých prvkov, ako sú skrutky a matice. Starajte sa o to, aby boli dobre utiahnuté.
- Po každom tréningu otrite pot zo zariadenia. Venujte pozornosť tomu, aby displej nemal kontakt a vodou ani vlhkom.
- Na čistenie zariadenia používajte výhradne vodu s mydlom. Nepoužívajte čistiace prostriedky.
- Uchovávajte zariadenie na suchom a teplom mieste.
- Nevystavujte zariadenie na pôsobenie slnečného žiarenia.

TRÉNING A FÁZY CVIČENIA

Používanie trenažéru bude pre Vás veľmi prospešné. Predovšetkým zlepši Vašu kondíciu, posilní svaly a v spojení s príslušnou diétou umožní spáliť zbytočné tukové tkanivo.

1. ROZCVIČKA

To je fáza, ktorá zlepšuje prúdenie krvi v celom tele a pripravuje svaly na intenzívnu námahu. Znižuje tiež riziko vznikov kŕčov a úrazu. Odporúča sa urobiť niekoľko naťahovacích cvikov, ako je uvedené nižšie. Pokiaľ pocítite bolesť, prestaňte cvičiť alebo zvolte menší rozsah vykonávaného pohybu.

NAŤAHOVACIE CVIČENIA:

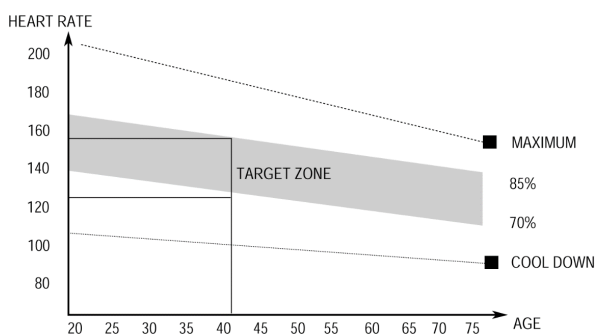
- **NAŤAHOVANIE VNÚTORŇÝCH STEHENŇÝCH SVALOV** Posadte sa na rovnom podklade s ohnutými nohami a kolenami smerujúcimi von. Spojte chodidla a priblížte ich ku telu tak blízko, ako je to možné. Jemno stlačte kolena smerom ku zemi a vydržte v tejto polohe po dobu 15 sekúnd.
- **ROZŤAHOVANIE STEHIEN** Posadte sa na rovnom podklade. Narovnajzte pravú nohu a spodnú stranu ľavého chodidla priložte ku pravému stehnu. Natiahnite pravú ruku smerom ku prstom pravej nohy tak ďaleko, ako je to možné. Vydržte po dobu 15 sekúnd. Zopakujte činnosť s ľavou nohou.
- **OTOČKY HLAVY** Držte hlavu rovno a dívajte sa pred seba. Bez pohybu plecami, otočte hlavu doprava a vyrovnajte ju a následne doľava a vyrovnajte.
- **DVÍHANIE RAMIEN** Zdvihnite ľavú ruku tak vysoko, ako len je to možné, a vydržte cez niekoľko sekúnd. Činnosť zopakujte s pravou rukou.
- **ROZŤAHOVANIE ACHILOVIEK** Postavte sa tvárou ku stene, ľavú nohu vysuňte dopredu a mierne ohnite v kolene. Pravú držte vzadu – narovnanú, s pätou položenou rovno na podklade. Držte obe päty rovno na podklade, pritlačte boky smerom ku stene. Udržujte túto polohu po dobu 30 sekúnd. Zopakujte postup s vysunutou pravou nohou. Pamätajte, aby ste počas cvičenia neohýbali chrbát do oblúku.
- **PREDKLONY** Postavte sa so spojenými nohami. Urobte predklon a snažte sa pri tom čo najviac priblížiť hrud' ku kolenám. Vydržte 15 sekúnd. Pamätajte na to, aby ste neohýbali kolena.

2. FÁZA CVIČENIA

Toto je fáza vlastného tréningu. Cvičte svojim tempom tak, aby ste dosiahli tep vhodný pre svoj vek, ako je to uvedené na nasledujúcom grafe.

3. ODDYCHOVÁ FÁZA

Tato fáza umožňuje upokojenie krvného obehu a uvoľnenie svalov. Je to opakovanie rozcvičky. Je treba pamätať na to, aby ste nepreťažovali svaly.



NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA

Pred použitím prosíme, aby ste odstránili ochrannú fóliu z displeja počítača.

POČÍTAČ (MODEL)

MRMSBIC05-GRN

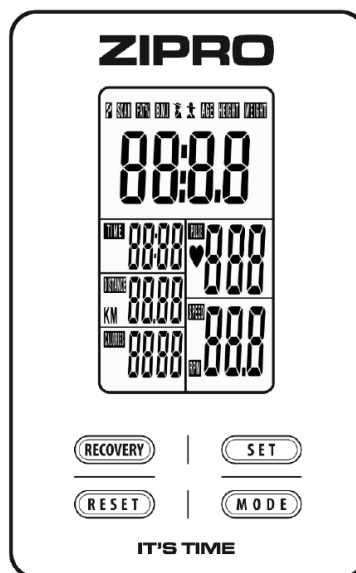
AUTO ON/OFF

Počítač sa vypne, keď bude zotrvačník uvedený do pohybu alebo bude stlačené ľubovoľné tlačidlo.

Počítač sa vypne automaticky po 4 minútach nečinnosti.

POPIS JEDNOTLIVÝCH TLAČIDIEL

- **SET** – určený na nastavení hodnôt parametrov.
- **MODE** - umožňuje vybrať parameter.
- **RESET** - určený na okamžité vynulovanie času, vzdialenosti a kalórií.
- **RECOVERY** – umožňuje sledovať úroveň vašej kondície kontrolovaním rýchlosti návratu vášho tepu po ukončení cvičení do obvyklého tempa.



FUNKCIE (ŠPECIFIKÁCIE)

SCAN	Postupne zobrazuje na obrazovke všetky merané parametre tréningu.	každé 6 sekundy
TIME	Počíta celkovú dobu cvičenia od jeho zahájenia do ukončenia.	00:00-99:59 min
SPEED	Zobrazuje momentálnu rýchlosť.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Počíta celkovú vzdialenosť od zahájenia do ukončenia cvičenia.	0,0-99,99 km
CALORIES	Počíta celkové množstvo spálených kalórií od zahájenia do ukončenia cvičenia. (Meranie je iba približné. Je určené na porovnávanie sérií cvičení, nemôže sa používať pri liečbe).	0,0-9999 kcal
RPM	Zobrazuje kadenciu (otáčky na minútu). Zobrazenie v grafickej podobe – stĺpec na ľavej strane obrazovky.	0-999 otáčok/min
PULSE	Zobrazuje momentálny pulz.	30-230 BPM

NASTAVENIE HODNOTY ODRÁTAVANIA

- Stlačením **MODE** nastavte na obrazovke parameter, ktorého hodnotu chcete dosiahnuť počas tréningu: čas, vzdialenosť, počet kalórií alebo nastavte hornú hranicu pulzu.
- (Na displeji by mal byť zobrazený samotný parameter, bez možnosti SCAN.)
- Opakovaným stlačením tlačidla **SET**, nastavte požadovanú hodnotu a potvrdte tlačidlom **MODE**.
- Odrátavanie začne po tom, čo začnete šliapať. Na monitore sa zobrazí šípka dole.
- Skončení odrátavania alebo prekročenie nastavenej hodnoty pulzu bude oznámené zvukovým signálom.

PULSE RATE

POZOR! Meranie pulzu na športové účely (zdravotnícke použitie je vylúčené).

- Stlačte tlačidlo **MODE**, až sa na obrazovke ukáže **PULSE**.
- Položte obe dlane na senzory pulzu na riadidlách. Počas vykonávania merania počítač zobrazí ikonku v tvare srdca.
- Po uplynutí 3 až 4 sekúnd počítač zobrazí momentálny pulz.

FUNKCIA RECOVERY

- Stlačte tlačidlo **RECOVERY** a položte ruky na snímače tepovej frekvencie. **POZOR!** Funkcia bude fungovať iba vtedy, keď počítač detekuje pulz.
- Počítač zobrazí na obrazovke (TIME) 1:00 (1 min) a začne odpočítavať. Počas odpočítavania majte ruky na snímačoch tepovej frekvencie.
- Po dokončení odpočítavania počítač zobrazí váš výsledok v rozsahu F1-F6. Pri čítaní výsledku použite túto tabuľku:

F1	Vynikajúca
F2	Veľmi dobrá
F3	Dobrá
F4	Dostačujúca
F5	Podpriemerná
F6	Nedostačujúca

- Stlačte znovu tlačidlo **RECOVERY** pre návrat na začiatok.

BLUETOOTH SPOJENIE S MOBILNOU APLIKÁCIOU

Počítač spolupracuje s aplikáciou iConsole+ Training.

Začnite tréning a radujte sa z nových možností:

- Stiahnite aplikáciu.
- Zapnite Bluetooth v svojom mobilnom zariadení.
- Zapnite aplikáciu a zvoľte v nej svoje zariadenie ZIPRO, s ktorým sa chcete spojiť.
- Keď sa ZIPRO spojí s aplikáciou, počítač sa vypne a jeho obrazovka zhasne. Od tej doby ovládate ZIPRO prostredníctvom svojho mobilného zariadenia.



Aplikácia pre iOS



Aplikácia pre Android

PRIPOJENIE BLUETOOTH K OPASKU HR

Bicykel sa automaticky pripojí k HR pásu, ak v blízkosti rozpozná aktívne príslušenstvo. Meranie pulzu a používanie funkcie **RECOVERY** je možné len s hrudným pásom.

MOŽNÉ POŠKODENIA A SPÔSOBY OPRAVY

POZOR! Otvorenie krytu zariadenia bez predchádzajúceho kontaktovania servisu výrobcu je dôvodom pre stratu záruky. Pokiaľ máte podozrenie, že porucha, ktorá sa vyskytla, vyžaduje otvorenie krytu, kontaktujte servis výrobcu.

Popis chyby	Možné príčiny	Riešenie
Zariadenie sa kolíše	Zariadenie bolo postavené na nerovnom povrchu. Pod podstavcom zariadenia je predmet, ktorý spôsobuje nerovnováhu.	Postavte zariadenie na rovný povrch. Nastavte vyrovnávacie nôžky. Odstráňte predmet, ktorý spôsobuje nerovnováhu.
	Podstavce neboli správne namontované.	Namontujte podstavce zariadenia správne. Vyrovnajte násadky na zadnom podstavci.
	Násadky na podstavcoch neboli správne namontované a vyrovnané.	Nainštalujte správne základňu zariadenia. Vyrovnajte kryty na základni.
Sedlo alebo riadidla sa kolíšu	Skrutky a kolieska stĺpiku sedla alebo riadidiel neboli utiahnuté.	Utiahnite skrutky a koliesko stĺpiku sedla alebo riadidiel.
Hluk pri používaní	Nesprávne utiahnuté súčiastky.	Kontaktujte servis výrobcu.
	Pri práci zariadenia sa môžu vyskytnúť tiché šumy spôsobené pohybom zotrvačníka, vyplývajú z typu konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na fungovanie zariadenia. Šum, ktorý by sa mohol prípadne ozývať pri otáčaní pedálmi opačným smerom, je podmienený technicky a nemá žiadne negatívne dôsledky.	
Hluk a prerušovanie chodu	Poškodené ložiska.	Kontaktujte servis výrobcu.
Pri tréningu chýba príslušný odpor	Povolený pás pohonu.	Kontaktujte servis výrobcu.
	Zväčšil sa odstup medzi zotrvačníkom a magnetmi.	Kontaktujte servis výrobcu.
Informácie na displeji sú zle viditeľné	Batéria počítača je vybitá.	Vymeňte batérie v displeji.
Počítač nereaguje pri šliapaní do pedálov	Kábel počítača nie je správne pripojený.	Pripojte správne kábel počítača.
	Kábel počítača je stlačený / predretý.	Kontaktujte servis výrobcu.

ZÁRUKA

Menom Poskytovateľa záruky predajca poskytuje záruku platnú na území Poľskej republiky na čas 24 mesiacov od dátumu predaja. Záruka za predaný tovar nevyklučuje, neobmedzuje ani nepozastavuje oprávnenia Kupujúceho vyplývajúce z predpisov o právach spotrebiteľov.

ZÁRUČNÝ LIST - Pozri stranu 108.

ZÁRUČNÉ PODMIENKY

1. Reklamácie a záruka sa vzťahujú výhradne na skryté chyby vzniknuté z viny výrobcu.
2. Reklamácia bude predajňou alebo servisom prijatá potom, ako zákazník predloží:
 - platný, čitateľný a správne vyplnený záručný list s pečiatkou a podpisom predajcu,
 - platný predajný doklad o nákupe zariadenia s dátumom predaja,
 - reklamovaný tovar alebo chybnú súčiastku.
 V prípade nákupu na diaľku je záručný list platný na základe predajného dokladu (účtenka / faktúra).
3. Reklamácia bude vybavená v termíne do 14 dní od chvíle nahlásenia chyby Zákazníkom.
4. Výrobné chyby a poškodenia, ktoré sa prejavili počas záručnej lehoty, budú opravené zadarmo v termíne najneskôr do 21 dní od dátumu odovzdania tovaru do predajni alebo servisu.
5. V prípade nutnosti doviezť importovanú súčiastku sa môže doba záručnej opravy predĺžiť o nutnú dobu na jej dovezenie, avšak nie viac ako o 40 dní.
6. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a na chyby, ktoré tieto poškodenia vyvolali,
 - poškodenia a chyby vzniknuté v dôsledku nesprávneho používania alebo používania v rozpore s určením zariadenia, nesprávneho uchovávanía, montovania a údržby zariadenia,
 - poškodenia a opotrebenia prevádzkových súčiastok, ako sú: lanka, pásy, gumové prvky, pedále, penové držiaky, kolieska, ložiska, čalúnenie.
 - činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je užívateľ povinný v súlade s návodom vykonávať sám.
7. Záruka sa nedá využiť v nasledujúcich prípadoch:
 - po uplynutí záručnej lehoty,
 - pokiaľ zákazník urobil alebo nechal urobiť na vlastnú ruku opravy a zmeny zariadenia s použitím nepôvodných častí,
 - keď vzniknutá chyba vyplýva z nesprávneho namontovania, alebo je dôsledkom nedodržovania opísaných v návode na obsluhu pravidiel správneho prevádzkovania,
 - iného používania ako domáce,
 - poškodení vzniknutých počas dopravy.
8. Duplikáty záručných listov sa nebudú vydávať.
9. V rámci záruky môže zákazník požadovať nasledujúce druhy bezplatného plnenia:
 - opravu výrobku,
 - výmenu výrobku,
 - zníženie ceny výrobku,
 - rozviazanie kúpnej zmluvy a úplné vrátenie nákladov.
10. Za účelom nahlásenia reklamácie je treba:
 - a. Uviest' výrobok alebo jeho časť, ktorej sa záruka týka.
 - b. Predložiť predajný doklad uvádzajúci názov a adresu predajcu, dátum a miesto nákupu, druh výrobku, alebo predložiť platný záručný list s pečiatkou predajni.
 - c. V prípade, že bude reklamovaný výrobok dodaný špinavý, servis môže odmietnuť ho prijať alebo ho môže nechať vyčistiť na náklady zákazníka, s jeho písomným súhlasom.
11. V prípade pozitívneho vybavenia reklamácie bude zariadenie opravené alebo vymenené za nové, alebo budú zákazníkovi vrátené peniaze. Náklady na dopravu tovaru zákazníkovi zaplatí servis výrobcu.
12. V prípade odmietnutia záručnej reklamácie dostane zákazník podrobné opodstatnenie tohto rozhodnutia a v termíne do 14 dní od chvíle rozhodnutia bude zariadenie odoslané zákazníkovi na jeho náklady.

Kedves felhasználó,

Kérjük, ismerkedj meg az alábbi útmutatóval a készülék összeszerelése és első használatba vétele előtt. Ez az útmutató fontos információkat tartalmaz a fitness eszköz biztonságos használatára és karbantartására vonatkozóan. Őrizze meg az útmutatót a benne lévő karbantartási vagy pótalkatrészek rendelésével kapcsolatos információkra való tekintettel.

MŰSZAKI ADATOK

Tápellátás	AA elem
Súly	57,1 kg
Használati hőmérséklet	0°C és +40°C között
Tárolási hőmérséklet	-10°C és +60°C között
Felhasználó maximális súlya	130 kg
Alkalmazási osztály	H osztály
Pontossági osztály	C osztály
Sebesség	0,0-99,9 km/h
Termékszabvány (fő)	EN 20957-1:2013
Rendeltetés	Otthoni használatra szánt spinning kerékpár

BIZTONSÁG

FIGYELEM! Az eszközt kizárólag a rendeltetésnek megfelelően szabad használni, tehát felnőtt személy edzésére. A termék minden egyéb használata veszélyes lehet. A gyártó nem vonható felelősség alá olyan károkért, amiket az eszköz helytelen használata okozott.

- Az eszköz a legmodernebb biztonsági ismeretek alapján lett megtervezve és legyártva. A veszélyes elemek, melyek potenciálisan veszélyesek lehetnek és testi sérülést okozhatnak, ki lettek iktatva vagy le lettek védve.
- Tilos az eszköz sajátkezü javítása és módosítása.
- Havonta egyszer, vagy kéthavonta egyszer ellenőrizze a csavarok, anyák meghúzását. Különösen a nyereg és a kormány elemeit ellenőrizze.
- A tartós biztonság érdekében rendszeresen (tehát évente egyszer) ellenőriztesse és tartsa karban az eszközt szakszervizben.
- A készüléken végrehajtott minden módosítások, melyek nem lettek leírva a jelen útmutatóban, meghibásodásokat okozhatnak vagy közvetlen sérülésveszéllyel fenyegeti az eszközön edző személyt. A készüléken módosításokat kizárólag a gyártó szervize vagy megfelelő szakképesítéssel rendelkező szakemberek végezhetnek.
- A fitness eszközök állandó fejlesztések alatt állnak a legmagasabb minőség biztosítása érdekében. Ebből kifolyólag a gyártó fenntartja magának a jogot műszaki módosítások bevezetésére.
- Az eszközzel kapcsolatos bármilyen kérdéssel vagy kétséggel forduljon a szaküzlethez.

FIGYELEM! Tájékoztasd az eszköz használata alatt közelben tartózkodó személyeket az esetleges veszélyekről. Kivételes óvatossággal kell eljárni gyermekek jelenléte esetén.

FIGYELEM! Az edzés megkezdése előtt fordulj orvoshoz és győződj meg róla, hogy semmilyen egészségügyi ellenjavallat nem áll fenn az eszközön való edzéshez. Szakadó segítségével kidolgozhatod az egyéni edzéstervet. A rosszul megválasztott program vagy a túlzásba vitt edzés veszélyes lehet az egészségedre és akár halálhoz is vezethet.

FIGYELMEZTETÉS! A pulzusmérő rendszer pontatlan értékeket mutathat. Az edzés során jelentkező kimerültség súlyos sérüléseket vagy halált okozhat. Ha legyengültnek érzed magad, azonnal fejezd be az edzést.

FIGYELEM! Feltétlenül tartsd be az edzésre vonatkozó, jelen útmutatóban található ajánlásokat.

- A kormány és a nyereg beállításának figyelembe kell vennie az eszközön edző személy testalkatát a kényelmes és megfelelő pozíció eléréséhez.
- Az edzés helyének kiválasztásakor vedd figyelembe, hogy biztonságos távolságot tarts az esetleges akadályoktól. Ne állítsd az eszközt közlekedési útvonalak közelében (utak, kapuk, átjárók stb.)
- Tilos az eszközt a falhoz közel használni. A biztonsági zóna 2000 mm és legalább annyi, mint a futópád szélessége.



FIGYELEM! Az eszköz összeszerelése során kellő óvatossággal kell eljárni és ne engedd, hogy a közelben gyermekek tartózkodjanak. Az összeszerelés során apró elemeket használunk (anyacsavarok, csavarok stb.), amiket lenyelhetnek a gyerekek.

REZIDUÁLIS KOCKÁZAT

- A kockázat korlátozásával a több mint 230 okból csak 13 tartozik az „általánosan elfogadottak” közé.
- Abban az esetben, ha nem, vagy hibásan kerül alkalmazásra a leesés elleni védelem, fennáll a reziduális kockázat, tehát a bőrhorzsolást, vérálfutást, csonttörést, sőt, a legrosszabb esetben halált okozó leesés.
- Fennáll a sporteszközt használó személy akaratlan túlterhelése okozta reziduális kockázat, amit helytelen használat vagy helyzetértékelés, vagy az adatok hibás küldése okozhat (elektromágneses zavar, szoftverhiba stb. miatt). Még a legjobb szoftver- és eszköz védelmek sem zárják ki a szoftver- és eszközhibát, ami elméletileg az edzést végző személy kimerülését eredményezheti.
- A termék elektromos eszköz, ezért nem zárható ki a halálos áramütés kockázata.
- Nem zárható ki a fulladás reziduális kockázata.
- A kockázat a használati útmutatóban lévő biztonsági információk betartásával csökkenthető.
- Nem zárható ki, hogy a véletlen vagy jogtalan használat további, figyelmen kívül hagyott kockázatot eredményez, míg a figyelembe vett kockázat hibásan kerül meghatározásra.

A kockázatelemzés során az értékelésre az „eszköz aktuális állapota” alapján történt. A termék végrehajtott értékelésből és ellenőrzéséből az derül ki, hogy az elfogadhatatlan kockázat bekövetkezésének a valószínűsége nagyon alacsony. A készülék (annak felépítése, működési módja, valamint használata) nem eredményez - normál feltételek mellett - megalapozatlan kockázatot a készüléket használó személy és harmadik fél számára.

SZÁLLÍTÁSI CSOMAGOLÁSON FELTÜNTETETT SZIMBÓLUMOK

	Dönteni, fordítani tilos. Állítva szállítandó.		Óvatosan kezelendő.
	Óvatosan kezelni, törékeny!		Nedvességtől óvni.
	Újrahasznosítható.		Vigyázz, nehéz csomag.

HASZNÁLAT

Az edzés megkezdése előtt győződj meg róla, hogy az eszköz megfelelően van összeszerelve.

- Az első edzés megkezdése előtt ismerkedj meg az eszköz összes funkciójával és a beállítási opciókkal.
- Az eszköz olyan elemeket tartalmaz, melyek ki vannak téve a rozsdásodás veszélyének. Ebből kifolyólag nem ajánlott, hogy azt párás helyiségben tartsa. Arra is ügyelni kell, hogy a készülék (különösen annak belső és elektronikus elemei) ne legyen kitéve víz, folyadékok, izzadság stb. hatásának.
- A készüléket kizárólag felnőtt személyek használhatják edzésre és azt szigorúan tilos játéknak használni. Amennyiben saját felelősségedre megengeded, hogy azt gyerekek is használják, feltétlenül mutasd meg a helyes használat szabályait és folyamatosan tartsd felügyelet alatt.
- Gyógykezelésre nem alkalmas.
- Használat során az eszköz halk hangokat bocsáthat ki a lendkerék mozgásából kifolyólag, mely a készülék felépítéséből ered. Ez semmilyen hatással sincs az eszköz működésére. Szobakerékpár és elliptikus tréner esetében az ellentétes irányban való pedálozás során hallható esetleges zúgást az eszköz műszaki felépítése okozza és semmilyen negatív hatással nincs az eszközre.
- A terhelés alatti zajkibocsátás nagyobb, mint terhelés nélkül.
- Minden edzés megkezdése előtt ellenőrizd a védőberendezések és a csavarkötések állapotát.
- Az edzés során ne feledkezz meg a megfelelő lábbeli (sportcipő) viseléséről.

ÖSSZESZERELÉS

Az eszköz összeszerelését felnőtt személynek, kellő körültekintéssel kell végeznie. Ha bármilyen kétséged lenne, kérd ki olyan személy tanácsát, aki több tapasztalattal rendelkezik a témában.

- Az összeszerelés előtt győződj meg róla, hogy a kiszállított eszköz minden lakatrészlistán szereplő elemet tartalmaz és egyik elem sem sérült meg a szállítás alatt. Amennyiben hiányt észlelsz vagy kifogásolod az alkatrészt, lépj kapcsolatba az eladóval.
- Ismerkedj meg az ábrákkal és a magyarázatokkal és végezd el az eszköz összeszerelését az összeszerelési útmutatóban lévő sorrendnek megfelelően.
- Legyél kellően körültekintő az összeszerelés során. A szerszámok és elemek használata során fennáll a sérülés veszélye.
- Ne feledkezz meg a környezet biztonságáról. Ne tedd le rendezetlenül a szerszámokat és az elemeket. Ne feledd, hogy a műanyag fóliák és tasakok fulladásveszélyt okozhatnak a gyermekek számára.
- Az összeszerelési útmutató egyes lépésének az elvégzéséhez szükséges szerelőelemek az ábrákon és a magyarázatokon kerültek bemutatásra. Vedd igénybe az összeszerelési útmutatóban megjelölt elemeket.
- Az összeszerelés első szakaszaiban ne húzd meg ellenállásig az alkatrészeket. Ezt azután végezd, miután minden elem a helyére került és meggyőződte az azok megfelelő beszereléséről.
- A gyártó fenntartja magának a jogot egyes elemek előzetes felszerelésére.

FIGYELEM! A nem a gyártótól származó alkatrészek beszerelése a garancia elvesztését eredményezi. Más forrásból származó alkatrészek beszerelése a garanciális időszak lejártát követő javítások során engedélyezett.

ELEMCSERE

A számítógép kijelzőjén alig látható információk, vagy azok hiánya az elemcsere szükségességére utalnak. Vedd le az elemtartó fedelét és cseréld ki a lemerült elemeket két új elemre. Az elemek elemtartóba helyezése során ügyelj a „+” és „-” polaritást jelző jelzésekre. Amennyiben az elemcserét követően a kijelző továbbra se működik megfelelően, vedd ki az elemeket néhány percre, majd helyezd be őket újra.



FIGYELEM! A lemerült elemekre nem vonatkozik a garancia. Az elemek káros anyagokat tartalmaznak (mint pl. kadmium, higany vagy ólom), ezért nem szabad kommunális hulladéktárolóba dobni őket. Szolgáltasd be megfelelő elem begyűjtő pontba.

TERMÉSZETES KÖRNYEZET



Az eszköz csomagolásban kerül kiszállításra, melynek feladata a termék védelme a szállítás során. A csomagolás feldolgozatlan és újrahasznosítható nyersanyagok. Ezeket az anyagokat megfelelő színű, szelektív hulladékgyűjtésre szóló tárolókba dobjad.



Óvd a környezetet és ne dobd ki a lemerült elemeket a háztartási szeméttárolóba. Szolgáltasd be a vásárlás helyén vagy a kijelölt újrahasznosítható anyagok begyűjtésére szolgáló ponton.

Az elhasznált elektromos készülékek (benne a számláló) újrahasznosítható nyersanyagok - ne dobd ki őket a háztartási szemétesbe, mert egészségre és környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük, aktívan járulj hozzá a természeti erőforrások gazdaságos felhasználásához és a természetes környezet védelméhez az elhasznált készülék újrahasznosítható anyagok - elhasznált elektromos készülékek begyűjtési pontján történő beszolgáltatásával.

BEÁLLÍTÁSOK

KIEGYENSÚLYOZÁS	A zavartalan és kényelmes kerékpározás érdekében gondoskodj a kerékpár stabilitásáról. Ha használat közben azt veszed észre, hogy a kerékpár nincs kiegyensúlyozva, állítsd be az első és a hátsó stabilizátorok alatti lábakat. Ehhez lazítsd meg a kulccsal a hatlapfejű lemezcsavart az óramutató járásával megegyező irányba tekerve. A lemezcsavar meglazítása után forgasd el a szintező talpat, míg a padlóval egy szintbe nem kerül. Abeállítás végeztével húzd meg a hatlapfejű lemezcsavart, azóramutató járásával ellentétes irányba tekerve. Ha szükséges, ismételd meg a műveletet a többi szintező talp esetében is.
ELLENÁLLÁS BEÁLLÍTÁS	Állítsd be a kerékpár ellenállását/nehézségi szintjét a fék tekerőgombbal. Az ellenállás/nehézségi szint növeléséhez tekerd jobbra (óramutató járásával megegyező irányba) a tekerőgombot, csökkentéséhez tekerd balra (óramutató járásával ellentétes irányba) a tekerőgombot. Vészfékezéshez nyomd meg a fék tekerőgombot.

<p>NYEREG BEÁLLÍTÁSA</p>	<p>A megfelelően beállított nyeregmagasság növeli az edzés hatékonyságát és csökkenti a sérülés kockázatát. A nyereg előre- vagy hátrafelé állítása segíthet az egyes izomcsoportok edzésében.</p> <p>Állítsd a pedálokat függőleges állásba (egyik pedál lent, a másik fent). Új fel a kerékpárra és helyezd fel a lábaidat a pedálokra. Győződj meg róla, hogy az alsó pedálon lévő láb kényelmes helyzetben van. Ha túlságosan be van hajlítva, emeld meg a nyeret. Ha nem éred el a pedált, vagy a lábad túlságosan ki van nyújtva, engedd le a nyeret.</p> <p>A nyeregmagasság beállításához lazítsd meg az alsó szorítókart és emeld meg vagy engedd le a nyeret a kívánt állásba. Győződj meg róla, hogy a szorítókar a nyeregcsár megfelelő nyílásában van. A nyeregcsárat nem szabad a STOP jelzéssel megjelöltnél magasabbra állítani. Ezután húzd meg erősen a szorítókart a kar óramutató járásával megegyező irányba húzásával. A nyereg vízszintes beállításához lazítsd meg a felső szorítókart és állítsd a nyeret a kívánt állásba. Ezután húzd meg erősen a szorítókart a kar óramutató járásával megegyező irányba húzásával.</p>
<p>A KORMÁNY BEÁLLÍTÁSA</p>	<p>A kormánymagasság beállításához lazítsd meg a szorítókart és emeld meg vagy engedd le a kormányt a kívánt állásba. Győződj meg róla, hogy a szorítókar a kormánycsár megfelelő nyílásában van. Ezután húzd meg erősen a szorítókart a kar óramutató járásával megegyező irányba húzásával.</p> <p>A kormány vízszintes beállításához lazítsd meg a felső szorítókart és állítsd a kormányt a kívánt állásba. Ezután húzd meg erősen a szorítókart a kar óramutató járásával megegyező irányba húzásával.</p>
<p>PEDÁLKLIPSZ BEÁLLÍTÁSA</p>	<p>Helyezd be a talpad elülső részét a klipszbe, hogy a cipő orra szorosan illeszkedjen. Forgasd meg a pedált úgy, hogy azt elért a kezdeddel és húzd meg annyira a beállító szíjat, míg a klipsz teteje a cipőn legyen. Dugd vissza a szíjat a csatba. Ismételd meg a műveletet a másik pedálon.</p>
<p>LESZÁLLÁS A KERÉKPÁRRÓL</p>	<p>FIGYELEM! Egészen addig ne szállj le a kerékpárról és ne vedd le a lábadat a pedálokról, míg a pedálok teljesen meg nem állnak.</p> <p>A lendkerék bármikor megállítható a fék tekerőgomb megnyomásával.</p>
<p>A KERÉKPÁR ÁTHELYEZÉSE</p>	<p>A kerékpár áthelyezése előtt győződj meg arról, hogy megfelelően rögzítetted a kormányt és nincs holtjátéka. Ha mozog a kormány, húzd meg erősen a szorítókarokat.</p> <p>A kerékpár elmozgatásához állj a kormány elé. Fogd meg erősen a kormány mindkét oldalát és helyezd az egyik lábadat az első talpra. Döntsd meg a kerékpárt magad felé, míg a szállítógörgők nem érintkeznek a padlóval. A görgőket a padlón görgetve helyezd át a kerékpárt a kívánt helyre, majd óvatosan engedd le, miközben megtámasztod a lábaddal az első talpat.</p>

ÖSSZESZERELÉSI SÉMA

FIGYELEM! Tilos nem gyártótól származó alkatrészek használata.

Szám	Termék	Mennyiség
1	Váz	1
2	Első talp	1
3	Első talp záródugó	2
4	Hátsó talp záródugó	2
5	Szintező talp	2
6	Kapupánt csavar M8x99	4
7	Lapos csavaralátét M8	6
8	Rugós csavaralátét M8	4
9	Csavarkupak	4
10	Nylon kupak	2
11	Görgő	2
12	Hátsó talp	1
13	Imbuszcsavar M8x44	2
14	Süllyesztett fejű keresztornyolt önmetsző lemezcsavar	2
15 L/R	Bal/jobbs pedál	1/1
16	Szorítókar	3
17	Hüvely	1
18	Nyeregcsár	1
19	Nyereg konzol	1
20	Csődugó	3
21	Karmantyú	4
22	V alakú blokk	1
23	Hatlapfejű reteszelő csavar	1
24	Hatlapfejű lemezcsavar	2
25	Kormánycsár	1
26	Kormány	1
27	Szorítókar	1
28	Nyereg	1
29 L/R	Hajtókar bal/jobbs	1/1
30	Védőburkolat	1
31	Fék tekerőgomb	1
32	Lapos csavaralátét	1
33	Hatlapfejű lemezcsavar	2
34	Hatlapfejű belső csavar M10x20	2
35	Keresztornyolt lemezcsavar	2
36	Lapos csavaralátét	2
37	Kulacstartó	1
38	Kulacs	1
39	Érzékelő kábel	1
40	Számítógép	1
41		4

AZ ESZKÖZ KARBANTARTÁSA

Rendszeresen végezd el az eszköz karbantartását. Az alábbi műveleteket legalább minden 20 órányi használatot követően végre kell hajtani.

Ellenőrizd az eszköz mozgó elemeit. Ha nincsenek kellően bekenve, használj kerékpár csapágyzsírt

EDZÉS ÉS AZ EDZÉS FÁZISAI

Az eszköz használata számos előnnyel jár. Mindenekelőtt javítja az erőállapotodat, megerősíti az izmokat és megfelelő diétával kiegészítve segít a felesleges zsírréteg elégetésében.

1. BEMELEGÍTÉS

Ez az a fázis, mely javítja a véráramlást és felkészíti az izmokat a fokozott erőfelfejtésre. Csökkenti továbbá a görcsök és a sérülések kockázatát. Javasolt néhány nyújtó gyakorlat elvégzése az alábbi ábra szerint. Ha fájdalmat érzel, fejezd be az edzést vagy csökkentsd a mozgástartalmat.

NYÚJTÓGYAKORLATOK:

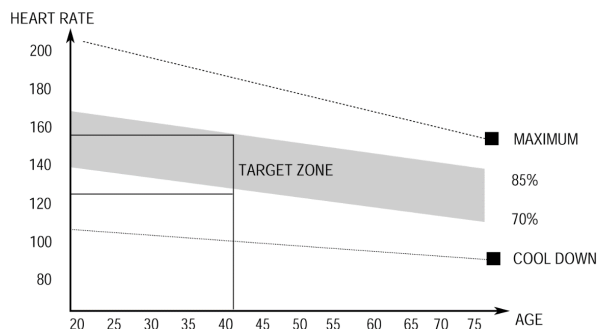
- **BELSŐ COMBIZMOK NYÚJTÁSA** Ül le egy sík felületre behajlított lábakkal és kifelé néző térdekkel. Tedd egymáshoz a talpakat és közelítsd magadhoz őket, amennyire csak tudod. Gyengéden nyomd a térdeidet a padló irányába és 15 másodpercig tartsd ebben a pozícióban.
- **COMBOK NYÚJTÁSA** Ül le a sík felületre. Egyenesítsd ki a jobb lábadat, míg a bal cipőtalpadat helyezd a jobb combodhoz. Nyújtsd ki a jobb kezdet a jobb láb ujjai irányában, amennyire csak lehetséges. Tartsd így 15 másodpercig. Ismételd meg a gyakorlatot a bal lábaddal.
- **FEJ MOZGATÁSA** Tartsd egyenesen a fejedet előre nézve. A vállakat nem mozdítva fordasd el a fejedet jobbra, majd vissza és fordasd el balra és vissza.
- **VÁLLAK MEGEMELÉSE** Emeld fel magasra a bal kezdet és tartsd magasban néhány másodpercig. Ismételd meg a gyakorlatot a jobb kezdettel.
- **ACHILLES-ÍNEK NYÚJTÁSA** Állj arccal a falnak, lépj előre a bal lábaddal és enyhén hajlítsd be a térdednél. A jobb lábadat tartsd hátul - kiegyenesítve, sarokkal laposan a földön állva. Mindkét sarkadat tartsd laposan a talajon és próbáld a fal felé előre nyomni a derekadat. Tartsd meg ezt a pozíciót 30 másodpercig. Ismételd meg a gyakorlatot a jobb lábaddal. Ne feledd, hogy a gyakorlás során ne hajlítsd be a hátadat.
- **LEHAJOLÁS** Állj összetett lábakkal. Hajolj előre úgy, hogy a mellkasod a lehető legközelebb kerüljön a térdedhez. Bírd ki 15 másodpercig. Vigyázz arra, hogy a gyakorlat közben ne hajlítsd be a térdedet.

2. EDZÉS FÁZIS

Ez az edzés valódi része. Edz a saját tempódban úgy, hogy elérd az életkorodnak megfelelő pulzusszámot, lásd az alábbi ábrát.

3. PIHENÉS FÁZIS

A pihenés során lenyugszik a vérkeringés és ellazulnak az izmok. Ez a bemelegítő gyakorlatok megismétlése. Ne feledd, hogy ne feszítsd túl az izmokat.



SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

Használat előtt távolítsd el a védőfóliát a számítógép kijelzőjéről.

SZÁMÍTÓGÉP (MODELL)

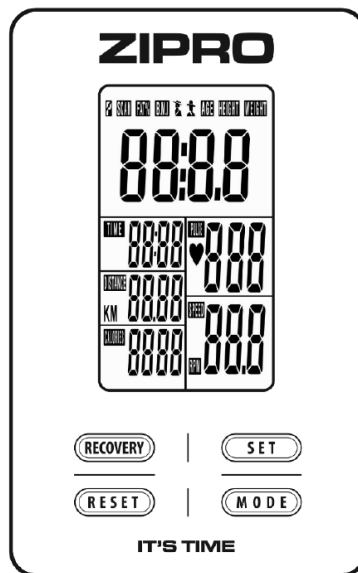
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

A számítógép automatikusan bekapcsol, amint mozgásba lendül a lendkerék vagy megnyomja valamelyik gombot. A számítógép 4 perc tétlenséget követően automatikusan kikapcsol.

EGYES GOMBOK BEMUTATÁSA

- **SET** - paraméter értékek beállítása
- **MODE** - paraméter kiválasztása.
- **RESET** - idő, távolság és kalória azonnali törlése.
- **RECOVERY** - nyomon követheted a fittségi állapotodat, ehhez azt ellenőrzöd, milyen gyorsan tér vissza edzés után a pulzusszám a nyugalmi értékre.



FUNKCIE (ŠPECIFIKÁCIE)

SCAN	Egymás után megjeleníti a képernyőn az edzés mért paramétereit.	6 másodpercenként
TIME	Edzés teljes ideje az edzés kezdetétől a befejezéséig	00:00-99:59 min
SPEED	Megjeleníti az aktuális sebességet.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Az edzés kezdetétől befejezéséig mért teljes távolság.	0,0-99,99 km
CALORIES	Az edzés kezdetétől befejezéséig elégetett összes kalória. (A mérés közelített értékű a különböző edzések összehasonlítása céljából, egészségügyi célokra nem használható).	0,0-9999 kcal
RPM	A ritmus megjelenítése (fordulat per perc).	0-999 fordulat/perc
PULSE	Megjeleníti az aktuális pulzust.	30-230 BPM

VISSZASZÁMLÁLÁS BEÁLLÍTÁSA

- A MODE gomb megnyomásával állítsd be a képernyőn azt a paramétert, amelyet el szeretnél érni az edzés során: idő, távolság, kalória, pulzus. (Megjelenik a kijelzőn a paraméter, a SCAN opció nélkül)
- Állítsd be a megfelelő értéket a SET gomb többszöri megnyomásával és erősítsd meg a MODE gombbal.
- A visszaszámlálás a pedálozás kezdetével indul. Megjelenik a kijelzőn egy lefelé mutató nyíl.
- A visszaszámlálás végét, vagy a beállított pulzus túllépését hangjelzés jelzi.

PULSE RATE

FIGYELEM! Pulzusmérés kizárólag sportolási célokra (orvosi célokra nem használható).

- Nyomogasd a MODE gombot egészen addig, míg meg nem jelenik a kijelzőn a PULSE.
- Tedd fel mindkét tenyered a kormányon lévő pulzusmérőre. A pulzusmérés során a számítógép megjeleníti a szív ikont.
- 3-4 másodperc elteltével megjelenik az aktuális pulzus.
- RECOVERY FUNKCIÓ
- Nyomd meg a RECOVERY gombot és tedd a kezdet a pulzusmérőre. **FIGYELEM!** A funkció csak akkor működik, ha a számítógép érzékeli a pulzusodat.
- A számítógép megjeleníti a kijelzőn az időt (TIME) 1:00 (1 perc) és megkezd a visszaszámlálást. Ne vedd le a kezdet a pulzusmérőről a visszaszámlálás alatt.
- A visszaszámlálás végeztével a számítógép kiszámolja az eredményedet F1-F6 tartományban. Nézd meg a táblázatot az eredmény értékeléséhez:

F1	Kiváló
F2	Nagyon jó
F3	Jó
F4	Megfelelő
F5	Átlag alatti
F6	Elégtelen

- Kilépéshez nyomd meg újra a RECOVERY gombot.

BLUETOOTH CSATLAKOZÁS A MOBIL ALKALMAZÁSSAL

A számítógép kompatibilis az iConsole+ Training alkalmazással.

Kezd el az edzést és élvezd az új lehetőségeket:

- Töltsd le az alkalmazást.
- Kapcsold be a Bluetooth-ot a mobil készülékeden.
- Kapcsold be az alkalmazást és válaszd ki rajta a ZIPRO eszközt, amelyre csatlakozni szeretnél.
- Amikor a ZIPRO csatlakozik az alkalmazásra, kikapcsol a számítógép és elalszik a képernyő. Ettől a pillanattól kezdve a mobil eszközről vezérel a ZIPRO berendezésedet.



Alkalmazás iOS-re



Alkalmazás Androidra

BLUETOOTH KAPCSOLAT A HR ÖVVEL

A kerékpár automatikusan csatlakozik a HR-övhez, ha aktív tartozékot érzékel a közelben. A pulzusmérés és a RECOVERY funkció használata csak mellkasi övvel lehetséges.

LEHETSÉGES MEGHIBÁSODÁSOK ÉS A MEGHIBÁSODÁSOK MEGSZÜNTETÉSE

FIGYELEM! A készülék felnyitása a gyártó szervizének előzetes tájékoztatása nélkül a garancia elvesztését eredményezi. Amennyiben olyan meghibásodásra gyanakszik, mely a készülék felnyitását igényli, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.

Hiba leírása	Lehetséges okok	Megoldás
Az eszköz inog	Az eszközt egyenetlen felületre állítottad. Az eszköz talpa alatt olyan tárgy van, ami egyenetlenséget okoz.	Állítsd a készüléket egyenes felületre. Állítsd be a szintező talpakat. Távolítsd el az egyenetlenséget okozó tárgyat.
	Rosszul szerelted fel a talpakat.	Szereld fel helyesen a talpakat. Szintezd ki a hátsó talpon lévő elemeket.
	Rosszul szerelted fel vagy nem szintezted ki a talpon lévő elemeket.	Szereld fel helyesen a talpakat. Szintezd ki a talpon lévő elemeket.
Inog a nyereg vagy a kormány	Nem húztad meg a nyeregváz vagy a kormányoszlop csavarjait és a tekerőgombot.	Húzd meg a nyereg vagy a kormány csavarjait és a tekerőgombot.
Zaj az eszköz használata alatt	Rosszul meghúzott elemek.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Használat során az eszköz halk hangokat bocsáthat ki a lendkerék mozgásából kifolyólag, mely a készülék felépítéséből ered. Ez semmilyen hatással sincs az eszköz működésére. Az ellentétes irányban való pedálozás során hallható esetleges zúgást az eszköz műszaki felépítése okozza és semmilyen negatív hatással nincs az eszközre.	
Zaj és egyenetlen működés	Sérült csapágyak.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
Nem megfelelő ellenállás az edzés alatt	Meglazult ékszív.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Megnövekedett a lendkerék és a mágnesek közötti távolság.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
Alig láthatóak a kijelzőn megjelenő információk	Lemerültek az elemek.	Cseréld ki az elemeket.
Nem reagál a számítógép a pedálozás alatt.	Nincs jól csatlakoztatva a számítógép vezetéke.	Javítsd meg a számítógép vezeték csatlakoztatását.
	Becsípődött/elkopott a számítógép vezeték.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.

GARANCIA

Az eladó a Jótálló nevében az értékesítés dátumától számított 24 hónap garanciát vállal a termékre a Lengyel Köztársaság területén. A termékre vonatkozó garancia nem zárja ki, nem korlátozza és nem függeszti fel a Vásárló Fogyasztóvédelmi Jogokból eredő jogosultságait.

GARANCIA JÁRTYA - Lásd 108. oldal.

GARANCIÁLIS FELTÉTELEK

1. A reklamáció és a garancia kizárólag a gyártó hibájából eredő rejtett hibákra terjed ki.
2. Au üzlet vagy a szerviz csak akkor vállal garanciális javítást, miután bemutatta az ügyfél:
 - az érvényes, olvashatóan és helyesen kitöltött, eladó bélyegzőjével és aláírásával ellátott garanciakártyát,
 - az értékesítés dátumával ellátott érvényes vételi bizonylatot,
 - a reklamált árut vagy a hibás elemet.
 Nem személyes vásárlás esetén a garanciakártya kizárólag a vételi bizonylat (blokk/számla) alapján érvényes.
3. A reklamáció a hiba bejelentésétől számított 14 napon belül kerül elbírálásra.
4. A garanciális időszakban feltárt gyári hibák és sérülések az áru üzletbe vagy szervizbe szolgáltatásának dátumától számítva 21 napon belül, díjmentesen kerülnek megjavításra.
5. Amennyiben elengedhetetlenné válik az alkatrész külföldről történő beszerzése, a garanciális javítás ideje meghosszabbodhat az alkatrész beszerzéséhez szükséges idővel, de legfeljebb 40 nappal.
6. A garancia nem terjed ki: a mechanikus sérülésekre és az azokból származó meghibásodásokra,
 - a termék rendeltetéstől eltérő használata és tárolása, helytelen összeszerelése és karbantartása okozta meghibásodásokra,
 - olyan kopó elemek sérülésére és kopására, mint: kábelek, szíjak, gumielemelek, pedálok, szivacsos fogantyúk, kerekek, csapágyak, kárpitozás.
 - összeszereléssel, karbantartással kapcsolatos műveletekre, melyeket a felhasználónak a használati útmutató alapján saját magának kell elvégeznie.
7. A garancia nem vehető igénybe a következő esetekben:
 - az érvényességi idő lejártát követően,
 - a termék önálló megjavítása és nem a gyártótól származó pótalkatrésszel történő módosítása,
 - helytelen összeszerelés vagy a használati útmutatóban leírt helyes használati szabályok megszegése okozta meghibásodások,
 - professzionális célú használat,
 - szállítás során bekövetkező sérülések.
8. Garanciakártya másolatok nem kerülnek kiadásra.
9. A garancia keretein belül az ügyfél a következő típusú díjmentes kártérítést igényelheti:
 - termék megjavítása,
 - termék cseréje,
 - termék árának csökkentése,
 - szerződés felbontása és a teljes költségek megtérítése.
10. A reklamáció benyújtásához:
 - a. Be kell mutatni a terméket, vagy annak részét, amire a garancia vonatkozik.
 - b. A vételi bizonylatot, mely tartalmazza az eladó nevét és címét, a vásárlás helyét és idejét, a termék típusát vagy az érvényes garanciakártyát az üzlet bélyegzőjével.
 - c. Szennyezett termék benyújtása esetén a szerviz visszautasíthatja a termék átvételét, vagy az ügyfél költségére, annak írásos beleegyezésével, végrehajthatja annak tisztítását.
11. A reklamáció pozitív elbírálása esetén megtörténik a készülék megjavítása vagy újra cserélése, vagy az eszköz árának a megtérítése. Az áru ügyfélnek történő kiszállítás költségei a gyártó szervizet terheli.
12. A garanciális reklamáció elutasítása esetén a szerviz elküldi az ügyfélnek a döntés részletes magyarázatát, valamint a döntés meghozatalának a pillanatától számított 14 napon belül kiküldi a terméket az ügyfélnek az ügyfél költségére.

Уважаеми потребител, Преди за започнете монтажа и преди първото използване на уреда, моля, запознайте се с настоящата инструкция. Тази инструкция съдържа важна информация за безопасното използване и поддръжка на оборудването. Запазете я с оглед на информацията относно поддръжката или поръчката на резервни части.

ТЕХНИЧЕСКИ ДАННИ

Захранване	Батерии AA
Везна	57,1 kg
Температура на експлоатация	от 0°C до +40°C
Температура на съхранение	от -10°C до +60°C
Максимално тегло на потребителя	130 kg
Клас на използване	Клас H
Клас на точност	Клас C
Скорост	0,0-99,9 km/h
Стандарт на продукта (основен)	EN 20957-1:2013
Предназначение	Свъртящ се велосипед за домашна употреба

БЕЗОПАСНОСТ

ВНИМАНИЕ! Уредът може да се използва само съгласно предназначението, тоест - за тренировки от възрастни лица. Всяка друга употреба на уреда може да бъде опасна. Производителят не може да носи отговорност за каквито и да било щети, възникнали поради неправилна употреба на уреда.

- Уредът е проектиран и конструиран въз основа на най-новите познания в областта на безопасността. Опасните компоненти, които биха могли да представляват риск от нараняване, са елиминирани или обезопасени.
- Забранено е извършването на самостоятелен ремонт и въвеждане на модификации.
- Проверявайте затягането на болтовете, винтовете и гайките веднъж на всеки един или два месеца. Особено проверявайте тези елементи в седалката и кормилото.
- За да се осигури постоянна безопасност, редовно (т.е. веднъж годишно) проверявайте и поддържайте оборудването в специализиран търговски обект.
- Всички промени в уреда, които не са описани в тази инструкция, могат да причинят щети или директно да застрашат здравето и живота на трениращото лице. Промени в уреда може да се въвеждат само от сервизния персонал на производителя или от лица, обучени от тях в тази област.
- Всички уреди са обект на постоянни усъвършенстващи дейности, за да се гарантира високо качество. Поради тази причина производителят си запазва правото да въвежда технически промени.
- Ако имате някакви въпроси или съмнения относно оборудването, моля, свържете се със специализиран търговски обект.

ВНИМАНИЕ! Лица, находящи се в близост до използването на оборудването, трябва да бъдат предупредени за възможни опасности. Бъдете особено осторожни в присъствието на деца.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете изпълняване на упражненията, консултирайте се с лекар, за да се уверите, че у вас няма никакви медицински противопоказания за изпълнение на тренировка на устройството. Основвайки се на заключенията на специалист, можете да разработите свой план за тренировки. Неправилно избрана програма или прекомерни упражнения могат да бъдат опасни за здравето и живота.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ! Системи за мониторинг на сърдечния ритъм могат да бъдат неточни. Преумоление по време на тренировки може да доведе до сериозни травми или смърт. Ако почувствате слабост, незабавно прекратете тренировка.

ВНИМАНИЕ! Спазвайте стриктно инструкциите за провеждане на тренировка, съдържащи се в тази инструкция.

- Позиционирането на кормилото и седалката трябва да бъде съобразено с индивидуалните физически условия на трениращия, за да заемат удобна и правилна позиция за упражненията.
- Когато избирате място за тренировка, вземете предвид спазването на безопасно разстояние от възможни препятствия. Не поставяйте оборудването в близост до пътища за движение (пътища, порти, преходи и др.).
- Забранено е използването на оборудването близо до стена. Безопасната зона е на разстояние 2000 mm и с минимална широчина колкото пътеката.

ВНИМАНИЕ! Бъдете внимателни, когато инсталирате уреда, пазете децата далеч. По време на сглобяването се използват малки части (гайки, болтове и др.), които могат да бъдат погълнати от тях.

ОСТАТЪЧЕН РИСК

- След ограничаване на риска само 13 от над 230 причини са „общо приети“.
- Ако защитата от падане не се прилага или не се прилага правилно, съществува остатъчен риск, като например падане на лицето, което води до ожулвания, натъртвания, фрактури или, в най-лошия случай, смърт.
- Съществува остатъчен риск от неволно претоварване на трениращото лице поради неправилно обслужване или неправилна оценка, както и неправилно предаване на данни (поради електромагнитни смущения, софтуерна грешка и др.). Дори най-добрата софтуерна и хардуерна защита не изключва софтуерни или хардуерни грешки и теоретично може да доведе до претоварване на трениращото лице.
- Продуктът е електрически уред и поради това не може да се изключи токов удар, който може да доведе до смърт.
- Не може да бъде изключен и остатъчният риск от задушаване.
- Рискът може да бъде намален, като следват информацията за безопасност в инструкцията за употреба.
- Не може да се изключи, че неволно или

неразрешено използване ще доведе до различен риск, който не е взет предвид, а взетият предвид риск е неправилно оценен.

При анализа на риска оценката е направена въз основа на „текущото състояние на устройството“. Оценката и проверката на продукта показват, че вероятността от неприемлив риск е много ниска. При нормални условия устройството (неговата конструкция, начин на работа и приложение) не създава неоправдан риск за трениращото лице или за трети страни.

СПЕЦИАЛНИ МАРКИРОВКИ ЗА ОБРАБОТКА ВЪРХУ ТРАНСПОРТНИТЕ ОПАКОВКИ



Тази страна нагоре. Не преобръщайте.



Пазете от падане.



Внимание, чупливо. Възможни повреди. Запазете вниманието.



Пазете от влага.



Рециклируема опаковка.



Внимание, тежък продукт.

ОБСЛУЖВАНЕ

Уверете се, че уредът е монтиран правилно, преди да започнете да тренирате.

- Преди да започнете първата си тренировка, запознайте се с всички функции и възможностите за настройка на устройството.
- Уредът съдържа компоненти, които могат да бъдат изложени на корозия. Поради тази причина не се препоръчва да бъде във влажно помещение. Трябва също така да се погрижите оборудването (особено неговите вътрешни и електронни компоненти) да не бъде изложено на контакт с вода, напитки, пот и др.
- Уредът е предназначен само за тренировки на възрастни и абсолютно не е играчка за деца. Ако на свой собствен риск разрешите на децата да го използват, безусловно трябва да ги инструктирате за правилна употреба и ги наблюдавайте по всяко време.
- Не е подходящо за терапевтични цели.
- По време на работата на уреда може да има тихи шумове по време на инерционното движение на масата на маховика, които са резултат от вида на конструкцията. Те нямат никакво влияние върху работата на уреда. В случай на велоергометри и кросстренажори, потенциалният шум, който може да се чуе при въртене на педалите в обратна посока, е технически обоснован и няма никакви негативни последици.
- Генериране на шум по време на натоварване е по-високо, отколкото без натоварване.
- Преди да започнете всяка тренировка, проверете правилното монтиране на защитите, болтовите и щепселни съединения.
- Когато тренирате на уреда, не забравяйте да носите подходящи обувки (спортни обувки).

МОНТАЖ

Монтажът на уреда трябва да се проведе от възрастно лице. Когато се съмнявате, помолете за помощ някой с повече опит в тази област.

- Преди да започнете сглобяването, уверете се, че комплектът с уреда съдържа всички елементи от списъка с части и че никой от елементите не е повреден по време на транспортирането. В случай на липсващи елементи или възражения, моля, свържете се с продавача.
- Вижте фигурите и обясненията и сглобете уреда в съответствие с последователността в инструкцията за монтаж.
- Запазете внимание по време на монтаж. Има риск от нараняване при използване на инструменти и компоненти.
- Не забравяйте да поддържате безопасна среда. Не разхвърляйте хаотично инструментите и монтажните елементи. Не забравяйте, че пластмасовото фолио и пликите представляват опасност от задушаване за децата.
- Монтажните елементи, необходими за изпълнението на дадена стъпка от инструкцията за монтаж, са показани върху чертежите и обясненията. Използвайте елементите, посочени в инструкцията за монтаж.
- В първите етапи на сглобяване не затягайте частите докрай. Направете това, след като сте поставили всички елементи и сте се уверили, че са поставени правилно.
- Производителят си запазва правото да монтира предварително някои елементи.

ВНИМАНИЕ! Инсталирането на резервни части от друг източник, различен от производителя, води до загуба на гаранцията. Монтажът на части от други източници е разрешен в случай на ремонт след изтичане на гаранционния срок.

СМЯНА НА БАТЕРИИТЕ

Ако върху дисплея на компютъра информацията е слабо видима или няма информация, трябва да смените батериите.

Отстранете капака на батериите и заменете старите с две нови батерии. Спазвайте знаците „+“ и „-“, когато ги поставяте в отделението за батерии. Ако дисплеят не функционира правилно след рестартиране, извадете батериите за няколко минути и след това ги поставете отново.



ВНИМАНИЕ! Изтощените батерии не са обхванати от гаранцията. Те съдържат вредни вещества (като кадмий, живак или олово), така че не ги хвърляйте в домашния контейнер за боклук. Предайте ги в подходящ пункт за събиране на използвани батерии.

ОКОЛНА СРЕДА



Уредът се доставя в опаковка с цел защита срещу евентуални повреди по време на транспорт. Опаковката е непреработена суровина и може да бъде рециклирана. Изхвърлете тези материали в съответните цветни контейнери за разделно събиране.



Пазете околната среда и не изхвърляйте използваните батерии в домакинските контейнери за боклук. Върнете ги на мястото на покупката или ги предайте в специален пункт за рециклиране.

Извабените електрически устройства (включително брояч) подлежат на вторична преработка - не бива да ги изхвърляте заедно с битовите отпадъци, тъй като могат да съдържат вещества, опасни за човешкото здраве и околната среда. Призоваваме за активна подкрепа на рентабилното управление на природните ресурси и защита на околната среда чрез предаване на извабеното оборудване в пункта за събиране на извабено електрическо оборудване.

РЕГУЛИРАНЕ

<p>РЕГУЛИРАНЕ НА БАЛАНСИРАНЕТО</p>	<p>За да постигнете плавност и комфорт на каране, трябва да осигурите стабилност на велосипеда. Ако по време на употреба установите, че велосипедът е небалансиран, регулирайте крачетата, които се намират под предния и задния стабилизатор. За тази цел използвайте ключ, за да разхлабите шестостенния винт, като го въртите по посока на часовниковата стрелка. След като разхлабите винта въртете нивелиращото краче, докато достигне нивото, на което стои велосипеда. След завършване на регулирането отново с помощта на ключ затегнете шестостенния винт, като го въртите по посока обратна на часовниковата стрелка. При необходимост повторете процеса за останалите нивелиращи крачета.</p>
<p>РЕГУЛИРАНЕ НА НАТОВАРВАНЕТО</p>	<p>Регулирайте натоварването с помощта на въртящото копче на спирачката. За увеличаване на нивото на натоварване завъртете копчето надясно (по посока на часовниковата стрелка), за намаляване на натоварването - завъртете копчето наляво (обратно на часовниковата стрелка). За аварийно спиране натиснете въртящото копче на спирачката.</p>
<p>РЕГУЛИРАНЕ НА СЕДАЛКАТА</p>	<p>Правилната височина на седалката повишава ефективността на упражненията и намалява риска от нараняване. Регулирането на седалката напред или назад може да Ви помогне да упражнявате различни мускулни групи. Поставете педалите в изправено положение (един педал надолу, един нагоре). Качете се на велосипеда и поставете краката си върху педалите. Уверете се, че кракът върху долния педал е разположен удобно. Ако е прекалено сгънат, повдигнете седалката. Ако не можете да достигнете до педала или кракът Ви е твърде изпънат, спуснете седалката. За да регулирате височината на седалката, разхлабете долния заключващ лост и повдигнете или спуснете седалката до желаната позиция. Уверете се, че лостът влиза в съответния отвор в колчето на седалката. Не повдигайте колчето над означеното със STOP място. След това затегнете здраво лоста като го въртите по посока на часовниковата стрелка. За да регулирате позицията на седалката в хоризонтално положение, разхлабете горния заключващ лост и преместете седалката до желаната</p>

	<p>позиция. След това затегнете здраво лоста като го въртите по посока на часовниковата стрелка.</p>
<p>РЕГУЛИРАНЕ НА КОРМИЛОТО</p>	<p>За да регулирате височината на кормилото, разхлабете заключващия лост и повдигнете или спуснете кормилото до желаната позиция. Уверете се, че лостът влиза в съответния отвор в колоната на кормилото. След това затегнете здраво лоста като го въртите по посока на часовниковата стрелка. За да регулирате позицията на кормилото в хоризонтално положение, разхлабете заключващия лост, за да преместите кормилото в желаната позиция. След това затегнете здраво лоста като го въртите по посока на часовниковата стрелка.</p>
<p>РЕГУЛИРАНЕ НА ЛЕНТИТЕ ЗА ПРИДЪРЖАНЕ НА КРАКАТА</p>	<p>Поставете крака в лентите на педала, така че предната част на обувката да приляга плътно към тях. Завъртете педала така, че да можете да го достигнете с ръка и издърпайте ремъка за регулиране, докато горната част на лентите прилепне плътно към обувката. Поставете каишката обратно в катарамата. Регулирайте по същия начин другия педал.</p>
<p>СЛИЗАНЕ ОТ СПИНИНГ БАЙКА</p>	<p>Не слизайте от спининг байка и не сваляйте краката си от педалите, докато педалите не спрат напълно. Можете да спрете маховика по всяко време, като натиснете копчето на спирачката.</p>
<p>ПРЕНАСЯНЕ НА СПИНИНГ БАЙКА</p>	<p>Преди пренасяне на уреда се уверете, че кормилото е съответно обезопасено и няма хлабини. Ако има хлабини в кормилото, трябва да затегнете здраво заключващите лостове. За да преместите уреда, трябва да застанете отпред - пред кормилото. Хванете здраво двете дръжки на кормилото и повдигнете единия крак на предната основа. Накланяйте уреда към себе си, докато транспортните колела докоснат пода. С колелата върху пода транспортирайте уреда на желаното място, след което внимателно го спуснете върху пода като обезопасявате с крак предната основа.</p>

МОНТАЖЕН ЧЕРТЕЖ

ВНИМАНИЕ! Забранено е използването на части от източници, различни от производителя.

№	Описание	Количество
1	Главна рама	1
2	Предна основа	1
3	Капачка на предната основа	2
4	Капачка на задната основа	2
5	Краче за нивелиране	2
6	Коларски болт М8х99	4
7	Плоска шайба М8	6
8	Пружинна шайба М8	4
9	Капачка за болт	4
10	Пластмасова капачка	2
11	Колело	2
12	Задна основа	1
13	Имбушен болт М8х44	2
14	Самонарезен винт с кръстат шлиц	2
15 L/R	Ляв/десен педал	1/1
16	Закljučващ лост	3
17	Втулка	1
18	Колче на седалката	1
19	Подпора на седалката	1
20	Тапа за тръба	3
21	Муфа	4
22	Блок под формата на буква V	1
23	Шестостенен блокиращ болт	1
24	Винт с шестоъгълна глава	2
25	Подпора за кормило	1
26	Кормило	1
27	Закljučващ лост	1
28	Седалка	1
29 L/R	Ляв/десен курбел	1/1
30	Защитен капак	1
31	Въртящо копче на спирачката	1
32	Плоска шайба	1
33	Шестостенен винт	2
34	Вътрешен болт с шестоъгълна глава М10х20	2
35	Винт с кръстат шлиц	2
36	Плоска шайба	2
37	Стойка за бидон	1
38	Бидон	1
39	Кабел на датчика	1
40	Компютър	1
41	Винт	4

ПОДДРЪЖКА НА УРЕДА

Редовно извършвайте дейности по поддръжка на уреда. Извършвайте следните дейности не по-рядко отколкото на всеки 20 часа от работата му.

- Контролирайте подвижните части на уреда. Ако те не са достатъчно смазани, използвайте грес

за лагери за велосипеди.

- Проверете състоянието на елементи като болтове и гайки. Грижете се да бъдат добре затегнати.
- Избършете потта от уреда след всяка тренировка. Уверете се, че мониторът не влиза в контакт с вода или влага.
- За почистване на уреда използвайте само сапунена вода. Не използвайте почистващи препарати.
- Съхранявайте уреда в затворена опаковка на сухо и топло място.
- Не излагайте уреда на дълготрайно въздействие на слънчеви лъчи.

ТРЕНИРОВКИ И ФАЗИ НА ТРЕНИРОВКАТА

Използването на уреда ще Ви даде много ползи. На първо място - ще подобрите състоянието Ви, ще укрепите мускулите Ви и в комбинация с подходяща диета ще Ви позволи да изгорите ненужните мазнини.

1. ЗАГРЯВАНЕ

Това е фаза, която подобрява кръвообращението в цялото тяло и подготвя мускулите за интензивни упражнения. Освен това намалява риска от спазми и наранявания. Препоръчително е да изпълните няколко упражнения за разтягане, както е показано по-долу. Ако усетите болка, спрете да тренирате или намалете обхвата на движението.

РАЗТЯГАЩИ УПРАЖНЕНИЯ:

- **РАЗТЯГАВЕ НА ВЪТРЕШНИТЕ МУСКУЛИ НА БЕДРАТА** Седнете на равна повърхност със сгънати крака и колене, насочени навън. Допрете стъпалата и ги приближете максимално към себе си. Внимателно натиснете коленете към пода и ги задръжете в тази позиция 15 секунди.
- **РАЗТЯГАНЕ НА БЕДРАТА** Седнете на равна повърхност. Изправете десния крак, а стъпалото на левия крак допрете до дясното бедро. Протегнете дясната ръка по посока на пръстите на десния крак възможно най-далеч. Задръжете за 15 секунди. Повторете това и с левия крак.
- **ВЪРТЕНЕ НА ГЛАВАТА** Дръжте главата изправена и гледайте напред. Завъртете я надясно и обратно като държите раменете неподвижни, а след това я завъртете наляво и обратно.
- **ПОВДИГАНЕ НА РАМЕНЕТЕ** повдигнете възможно най-високо лявата ръка и задръжете в продължение на няколко секунди. Повторете това и с дясната ръка.
- **РАЗТЯГАНЕ НА АХИЛЕСОВИТЕ СУХОЖИЛИЯ** Застанете с лице към стената, поставете левият крак напред и леко сгънете в коляното. Десният крак трябва да остане назад - изправен, с пета, допираща пода. Дръжте двете пети плоско на пода и притискайте бедрата по посока на стената. Задръжете в тази позиция ок. 30 секунди. Повторете това и с поставен напред десен крак. Не забравяйте да държите гърба изправен по време на упражненията.
- **НАКЛОНИ** Застанете със събрани крака. Направете наклон напред като се стремите да доближите максимално гръдния кош към коленете. Задръжете за 15 секунди. Не забравяйте да не сгъвате коленете.

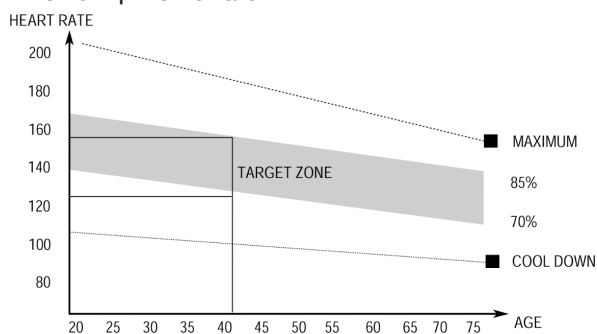
2. ФАЗА НА УПРАЖНЕНИЯТА

Това е същинската тренировка. Тренирайте със собственото си темпо така, че да постигнете съответен пулс за Вашата възраст, както е показано върху графиката по-долу.

3. ФАЗА НА ОТПУСКАНЕ

Тази фаза позволява да успокоите кръвообращението и да отпуснете мускулите. Това е повторение на упражненията за загряване. Не бива да забравяте, че трябва да внимавате да не претоварите мускулите.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА ОБСЛУЖВАНЕ НА



Преди използване отстранете защитното фолио от екрана на компютъра.

КОМПЮТЪР (МОДЕЛ)

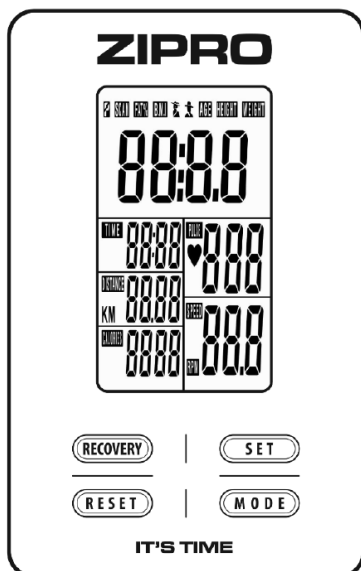
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

Компютърът ще се включи, когато маховикът бъде задвижен или бъде натиснат съответен бутон. Компютърът ще се изключи автоматично след 4 минути бездействие.

ОПИСАНИЕ НА ОТДЕЛНИТЕ БУТОНИ

- SET – предназначен е за задаване на стойностите на параметрите.
- MODE – позволява избор на параметъра.
- RESET – предназначен е за незабавно ресетване на времето, разстоянието и калориите.
- RECOVERY – позволява да следите нивото на Вашата физическа форма, като проверявате темпото, с което пулсът Ви се връща към темпото на почивка, след приключване на тренировката.



ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SCAN	Върху екрана последователно се показват всички измервани параметри по време на тренировката.	на всеки 6 секунди
TIME	Общото време на тренировката от началото до края.	00:00-99:59 min
SPEED	Показва актуалната скорост.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Общото разстояние от началото до края на тренировката.	0,0-99,99 km
CALORIES	Общият брой изгорени калории от началото до завършването на тренировката. (Измерването е приблизително с цел сравнение с различни сесии от тренировките, не може да се използва за лечебни цели).	0,0-9999 kcal
PULSE	Показва актуалния пулс.	30-230 BPM

НАСТРОЙКА НА СТОЙНОСТТА ЗА ОТБРОЯВАНЕ

- С натискане на **MODE** изберете параметъра, чиято стойност искате за постигнете по време на тренировка: време, разстояние, брой калории, пулс. (Върху дисплея трябва да се вижда самият параметър без опцията SCAN.)
- Натискайте многократно бутон **SET**, за да зададете желаната стойност и потвърдете с бутон **MODE**.
- Отброяването започва след начало на карането. Върху дисплея ще се появи стрелка надолу.
- Завършването на отброяването или надвишаване на зададената стойност на пулса се сигнализира от звуков сигнал.

PULSE RATE

ВНИМАНИЕ! Измерване на сърдечния ритъм за спортни цели (не се допуска използване за медицински цели).

- Натискайте бутон **MODE**, докато върху екрана се появи символ PULSE.
- Поставете двете ръце върху датчиците за пулс на кормилото. По време на измерването компютърът ще показва икона под формата на сърце.
- След изтичане на 3 до 4 секунди компютърът ще покаже актуалния пулс.

ФУНКЦИЯ RECOVERY

- Натиснете бутон **RECOVERY** и поставете ръцете си върху сензорите за пулс. **ВНИМАНИЕ!** Функцията ще се активира само тогава, когато компютърът открие пулс.
- Компютърът ще покаже върху екрана (TIME) 1:00 (1 мин.) и ще започне да отброява. Дръжте ръцете си върху сензорите за пулс по време на отброяването.
- След като отброяването приключи, компютърът ще покаже Вашия резултат в обхват F1-F6. Използвайте таблицата по-долу, за да прочетете резултата:

F1	Впечатляващ
F2	Много добър
F3	Добър
F4	Удовлетворителен
F5	Под средния
F6	Неудовлетворителен

- Натиснете отново бутон RECOVERY, за да се върнете в началото.

ВРЪЗКА BLUETOOTH С МОБИЛНО ПРИЛОЖЕНИЕ

Компютърът е съвместим с приложение iConsole+ Training.

Започнете тренировката и се радвайте на новите възможности:

- Изтеглете приложението.
- Включете Bluetooth във Вашето мобилно устройство.
- Включете приложението и изберете в него Вашето устройство ZIPRO, с което искате да се свържете.
- Когато ZIPRO се свърже с приложението, компютърът ще се изключи и екранът му ще изгасне. Отсега управлявате ZIPRO от нивото на Вашето мобилно устройство.



Приложение за iOS



Приложение за Android

BLUETOOTH ВРЪЗКА С КОЛАНА HR

Велосипедът ще се свърже с HR колана автоматично, ако открие активен аксесоар наблизо. Измерването на пулса и използването на функцията RECOVERY е възможно само с гръден колан.

ВЪЗМОЖНИ ПОВРЕДИ И НАЧИНИ ЗА ОТСТРАНЯВАНЕТО ИМ

ВНИМАНИЕ! Отварянето на корпуса на уреда без предварителен контакт със сервизния център на производителя, анулира гаранцията. В случай на подозрение за неизправност, изискваща отваряне на корпуса, свържете се със сервиз на производителя.

Описание на неизправността	Възможни причини	Решение
Уредът се клати	Уредът е поставен върху неравна повърхност. Под основата на уреда се намира предмет, който смущава равновесието.	Поставете уреда върху равна повърхност. Регулирайте нивелиращите крачета. Отстранете предмета, който смущава равновесието.
	Основите не са правилно монтирани.	Монтирайте основите на уреда по правилен начин. Нивелирайте обувките на задната основа.
	Обувките на основата не са монтирани и нивелирани правилно.	Монтирайте основата на уреда по правилен начин. Нивелирайте обувките на основата.
Седалката или кормилото се движат	Винтовете и регулировъчните болтове на колоната на седалката или кормилото не са затегнати.	Затегнете болтовете и регулировъчния болт на седалката или кормилото.
Шум по време на използване	Неправилно затегнати елементи.	Свържете се със сервиз на производителя.
	По време на работата на уреда може да има тихи шумове по време на инерционното движение на масата на маховика, които са резултат от вида на конструкцията. Те нямат никакво влияние върху работата на уреда. Потенциалните шумове, които се чуват при въртене на педалите в обратна посока са технически обусловени и нямат негативни последици.	
Шум и липса на плавна работа	Повредени лагери.	Свържете се със сервиз на производителя.
Липса на съответно натоварване по време на тренировка	Разхлабен задвижващ ремък.	Свържете се със сервиз на производителя.
	Увеличено разстояние между маховика и магнитите.	Свържете се със сервиз на производителя.
Информацията върху дисплея почти не се вижда	Изтощена е батерията, захранваща компютъра.	Сменете батерията в дисплея.
Няма реакция на компютъра при въртене на педалите	Кабелът на компютъра е свързан неправилно.	Свържете кабела на компютъра по правилен начин.
	Кабелът на компютъра е смачкан / протрит.	Свържете се със сервиз на производителя.

ГАРАНЦИЯ

От името на Гаранта продавачът предоставя гаранция на територията на Република Полша за период от 24 месеца от датата на продажбата. Гаранцията за продадените стоки не изключва, не ограничава и не отменя правата на Купувача, произтичащи от Закона за правата на потребителите.

ГАРАНЦИОННА КАРТА - вижте страница 108.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ

1. На рекламация и гаранция подлежат само скрити дефекти, причинени по вина на производителя.
2. Гаранцията ще бъде спазена от магазина или от сервиза, след като клиентът представи:
 - валидна, четливо и правилно попълнена гаранционна карта с печат за продажба и подпис на продавача,
 - валидно доказателство за покупка на уреда с датата на продажба,
 - рекламираната стока или дефектната част.

В случай на покупка от разстояние, гаранционната карта е валидна само въз основа на документа за покупка (касова бележка / фактура).
3. Рекламацията ще бъде разгледана в рамките на 14 дни от момента на съобщаване на дефекта от страна на Клиента.
4. Повредите и производствените дефекти, открити по време на гаранционния срок, ще бъдат поправени безплатно не по-късно от 21 дни от датата на доставка на стоката до магазина или сервиза.
5. Ако е необходимо да се внасят части от внос, гаранционният период за ремонт може да бъде удължен с времето, необходимо за вноса на частите, но не по-дълго от 40 дни.
6. Гаранцията не обхваща:
 - механични повреди на продукта и дефекти, произлизащи от тях,
 - повреди и дефекти в резултат на неправилна употреба и съхранение, неправилно сглобяване и поддръжка,
 - повреди и износване на елементи като: корди, колани, гумени елементи, педали, дръжки от паяна, колела, лагери, тапицерия.
 - дейности, свързани с монтаж и поддръжка, които, според инструкцията за експлоатация, потребителят е длъжен да извърши сам.
7. Гаранцията не се прилага в следните случаи:
 - изтичане на срока на валидност,
 - ремонти и модификации, направени от клиента самостоятелно с използване на неоригинални части,
 - когато дефектът е получен в резултат на неправилна инсталация или в резултат на неспазване на правилата за правилна експлоатация, описани в инструкцията за експлоатация,
 - употреба, различна от домашна употреба,
 - щети, причинени по време на транспорт.
8. Дубликати на гаранционни карти няма да бъдат издавани.
9. По силата на гаранцията клиентът има право на следните видове услуги безплатно:
 - ремонт на продукта,
 - подмяна на продукта,
 - намаление на цената,
 - прекратяване на договора и пълно възстановяване на направените разходи. *integrală a costurilor suportate.*
10. За да заявите рекламация, е необходимо:
 - a. Да представите продукта или неговата част, обхванати от гаранцията.
 - b. Доказателство за покупка, посочващо името и адреса на продавача, датата и мястото на покупката, вида на продукта или валидна гаранционна карта с печата на магазина.
 - c. В случай на доставка на замърсен продукт сервизът може да откаже да го приеме или за сметка на клиента ще извърши почистване с писменото съгласие на клиента.
11. Ако рекламацията бъде приета, уредът ще бъде ремонтиран или заменен с нов или ще бъдат възстановени паричните средства на клиента. Разходите за транспортиране на стоките до клиента се поемат от сервиза на производителя.
12. Ако рекламацията бъде отхвърлена, клиентът ще получи подробна обосновка на взетото решение и уредът ще бъде върнат на клиента за негова сметка в рамките на 14 дни от датата на решението.

Utilisateur,

Veillez lire toutes les précautions et instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser l'équipement. Ce manuel contient des informations importantes sur l'utilisation et l'entretien de l'équipement en toute sécurité. Conservez ce manuel pour pouvoir vous y référer ultérieurement pour obtenir des informations sur l'entretien ou commander des pièces de rechange.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Alimentation	Pile AA
Poids	57,1 kg
Température de fonctionnement	de 0°C à +40°C
Température de stockage	de -10°C à +60°C
Poids maximal de l'utilisateur	130 kg
Classe d'application	Classe H
Classe de précision	Classe C
Vitesse	0,0-99,9 km/h
Norme de produit (principale)	EN 20957-1:2013
Destination	Vélo d'appartement spinning à usage à domicile

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil ne doit être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné, c'est-à-dire l'entraînement par des adultes. Toute autre utilisation peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte de l'appareil.

- L'appareil a été conçu et construit sur la base des dernières connaissances en matière de sécurité. Les pièces dangereuses qui pourraient présenter un risque de blessure ont été éliminées ou relativement protégées.
- N'effectuez aucune réparation ou modification par vous-même.
- Vérifiez le serrage des vis, des boulons et des écrous tous les un ou deux mois.
- Afin d'assurer une sécurité permanente, vérifiez et maintenez régulièrement (c'est-à-dire une fois par an) l'appareil chez un revendeur spécialisé.
- Toute modification de l'équipement qui n'est pas décrite dans ce manuel peut causer des dommages ou mettre directement en danger la santé et la vie de la personne qui s'entraîne. Les modifications de l'appareil ne peuvent être effectuées que par le personnel de service du fabricant ou par des personnes formées par lui.
- Tous les dispositifs sont soumis à des activités d'innovation constantes afin de garantir une qualité élevée. Pour cette raison, le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications techniques.
- Toute question ou préoccupation concernant l'équipement doit être adressée à un revendeur spécialisé.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité lors de l'utilisation de l'équipement doivent être averties des dangers possibles. Faites particulièrement attention en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de commencer à faire de l'exercice, consultez votre médecin pour vous assurer que vous n'avez pas de contre-indications de santé pour vous entraîner sur l'équipement. Sur la base de l'avis de votre spécialiste, vous pouvez élaborer votre plan d'entraînement. Un programme inadapté ou l'exercice excessif peut être dangereux pour votre santé et votre vie.

AVERTISSEMENT ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être imprécis. L'épuisement pendant l'exercice peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement l'exercice.

ATTENTION ! Suivez strictement les instructions d'entraînement contenues dans ce manuel.

- Le guidon et la selle doivent être adaptés à votre condition physique individuelle afin d'obtenir une position confortable et correcte pour votre entraînement.
- Lorsque vous choisissez un endroit pour vous entraîner, veillez à garder une distance de sécurité par rapport aux obstacles éventuels. Ne pas placer l'équipement à proximité de voies de circulation (routes, portes, passages, etc.).
- N'utilisez pas l'appareil à proximité d'un mur. La zone de sécurité est de 2000 mm et au moins aussi large que l'appareil.

ATTENTION ! Soyez prudent lors du montage de l'appareil et ne laissez pas les enfants s'en approcher. De petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées lors du montage et peuvent être avalées par les enfants.

RISQUE RESIDUEL

- Après atténuation des risques, seules 13 des plus de 230 causes entrent dans la catégorie „communément admise“.
- Si la protection antichute n'est pas appliquée ou n'est pas appliquée correctement, il existe un risque résiduel, c'est-à-dire une chute d'une personne entraînant des écorchures, des contusions, des fractures ou, dans le pire des cas, la mort.
- Il existe un risque résiduel de surcharge involontaire de la personne exerçant l'activité en raison d'une manipulation ou d'une évaluation incorrecte, ainsi que d'une transmission incorrecte des données (en raison d'interférences électromagnétiques, d'erreurs logicielles, etc.). Même la meilleure protection logicielle et matérielle n'exclut pas une erreur logicielle ou matérielle et peut théoriquement provoquer une surcharge de la personne qui s'entraîne.
- Le produit est un appareil électrique, par conséquent un choc électrique pouvant entraîner la mort ne peut être exclu.
- Le risque d'asphyxie résiduelle ne peut être exclu.
- Les risques peuvent être réduits en suivant les précautions contenues dans le manuel d'utilisation.
- Il ne peut être exclu que toute utilisation non intentionnelle ou non autorisée entraîne un risque différent, non comptabilisé et que le risque pris en compte ait été mal estimé.

Dans l'analyse des risques, l'évaluation a été faite sur la base de „l'état actuel du dispositif“. Sur la base de l'évaluation et de l'inspection du produit, la probabilité qu'un risque inacceptable se produise est très faible. L'appareil (sa structure, son mode de fonctionnement et son utilisation) ne comporte pas - dans des circonstances normales - de risques déraisonnables pour la personne qui l'utilise ou pour des tiers.

LES MARQUES DE MANUTENTION SUR LES EMBALLAGES DE TRANSPORT

Ce côté vers le haut. Ne pas renverser.



Protéger contre les chutes.



Attention, fragile.
Dommages possibles.
Manipuler avec
précaution.



Protéger de l'humidité.



Emballage recyclable.



Attention : produit lourd.

UTILISATION

Assurez-vous que l'appareil est correctement assemblé avant de commencer votre séance d'entraînement.

- Avant de commencer votre première séance d'entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et les possibilités de réglage de l'appareil.
- L'équipement possède des composants qui peuvent être sujets à la corrosion. C'est pourquoi il n'est pas recommandé de le laisser dans un environnement humide. Vous devez également vous assurer que l'équipement (en particulier ses composants internes et électroniques) n'est pas exposé à l'eau, aux boissons, à la sueur, etc
- L'appareil est destiné uniquement à l'entraînement des adultes et n'est absolument pas un jouet pour les enfants. Si, à vos risques et périls, vous permettez aux enfants de l'utiliser, vous devez absolument leur montrer comment le faire correctement et les surveiller à tout moment.
- Le vélo n'est pas un appareil médical.
- Pendant le fonctionnement de l'appareil, il peut y avoir des bruits silencieux avec le mouvement d'inertie de la masse du volant d'inertie de la courroie, qui résultent du type de construction. Ils n'ont aucun effet sur le fonctionnement de l'équipement.
- Les émissions de bruit pendant la charge sont plus élevées que sans charge.
- Avant de commencer chaque entraînement, vérifiez que les protections et les assemblages boulonnées et des fiches sont corrects.
- Lors de l'entraînement sur l'appareil, n'oubliez pas de porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

ASSEMBLAGE

L'assemblage de l'appareil doit être effectué avec soin par un adulte. En cas de doute, demandez l'aide d'une personne plus expérimentée dans ce domaine.

- Avant de commencer le montage, assurez-vous que le kit contient tous les éléments de la liste de pièces et qu'aucun élément n'a été endommagé pendant le transport. En cas d'éléments manquants ou d'objections, veuillez contacter le vendeur.
- Consultez les dessins et les explications et effectuez l'assemblage dans l'ordre prévu par les instructions de montage.
- Faites attention lors de l'installation. Il existe un risque de blessure lors de l'utilisation d'outils et de composants.
- N'oubliez pas de maintenir un environnement sûr. Ne disposez pas les outils et les composants de manière chaotique. N'oubliez pas que les films et les sacs en plastique présentent un risque d'étouffement pour les enfants.
- Les pièces nécessaires à chaque étape des instructions de montage sont indiquées dans les illustrations et les explications. Utilisez les composants indiqués dans les instructions de montage.
- Au cours des premières étapes de l'assemblage, ne serrez pas les pièces au maximum. Faites-le après les avoir toutes placées et vous être assuré qu'elles sont correctement positionnées.

- Le fabricant se réserve le droit de pré-assembler certaines pièces.

REPLACEMENT DES PILES

Si les instructions à l'écran sont illisibles ou qu'elles nes'affichent que partiellement, il faut remplacer les piles.

Retirez le couvercle des piles et remplacez les piles usagées par deux nouvelles. Insérez-les dans le compartiment en respectant la polarité +/- . Si l'écran ne fonctionne pas correctement après le redémarrage, retirez les piles pendant quelques minutes, puis remettez-les en place.



ATTENTION ! Les piles usagées ne sont pas couvertes par la garantie. Elles contiennent des substances nocives (par exemple du cadmium, du mercure, du plomb), ne les jetez donc pas avec vos déchets ménagers. Apportez-les au point de collecte approprié pour les piles usagées.

ENVIRONNEMENT



L'appareil est expédié dans un emballage qui le protège des dommages éventuels pendant le transport. L'emballage est une matière première et peut être recyclé. Jetez ces matériaux dans des conteneurs colorés destinés à la collecte sélective.



Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans les ordures ménagères. Retournez-les au lieu d'achat ou apportez-les à un point de collecte sélective pour les matériaux recyclables.

Les équipements électriques usagés (y compris le compteur et les bloc d'alimentation) sont recyclables - ne les jetez pas avec vos déchets ménagers car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour votre santé et l'environnement. Veuillez contribuer activement à la gestion économique des ressources naturelles et protéger l'environnement en remettant l'appareil usagé à un organisme de recyclage habilité à collecter ce type de déchet - les appareils électriques usagés.

RÉGLAGES

RÉGLAGE DE L'ÉQUILIBRE	Afin d'obtenir la douceur et le confort de pédalage, la stabilité du vélo doit être assurée. Si, pendant l'utilisation, vous remarquez que le vélo est déséquilibré, réglez les pieds sous les stabilisateurs avant et arrière. Pour cela, utilisez une clé pour desserrer la vis hexagonale en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre. Après avoir desserré la vis, tournez le pied de nivellement jusqu'à ce qu'il soit au niveau de la surface sur laquelle repose le vélo. Après avoir terminé le réglage, utilisez à nouveau une clé pour serrer la vis hexagonale en la tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Si nécessaire, répétez le processus sur les autres pieds de nivellement.
RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE	Réglez la résistance du vélo avec le bouton de frein. Pour augmenter le niveau de résistance, tournez le bouton vers la droite (dans le sens des aiguilles d'une montre), pour le diminuer, tournez le bouton vers la gauche (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre). Pour un freinage d'urgence, appuyez sur le bouton de frein.

RÉGLAGE DE LA SELLE	<p>Une hauteur correcte de la selle augmente l'efficacité des exercices et réduit le risque de blessure. Le réglage de la selle vers l'avant ou l'arrière permet de faire travailler de différents groupes musculaires.</p> <p>Placez les pédales en position verticale (une pédale en bas, une en haut). Montez sur le vélo et placez vos pieds sur les pédales. Assurez-vous que votre jambe placée sur la pédale inférieure est confortablement positionnée. Si elle est trop pliée, glissez la selle vers le haut. Si vous ne pouvez pas atteindre la pédale ou si votre jambe est en hyperextension, glissez la selle vers le bas.</p> <p>Pour régler la hauteur de la selle, desserrer le levier de serrage inférieur et glissez la selle vers le haut ou vers le bas à la position souhaitée. Assurez-vous que le levier s'insère dans le bon trou la tige de selle. Ne fixez pas la tige de selle au-dessus du repère STOP. Puis serrez fermement le levier en tournant sa poignée dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour régler la position horizontale de la selle, desserrer le levier de serrage supérieur et déplacer la selle dans la position souhaitée. Puis serrez fermement le levier en tournant sa poignée dans le sens des aiguilles d'une montre.</p>
RÉGLAGE DU GUIDON	<p>Pour régler la hauteur du guidon, desserrer le levier de serrage inférieur et glissez le guidon vers le haut ou vers le bas à la position souhaitée. Assurez-vous que le levier s'insère dans le bon trou la potence de guidon. Puis serrez fermement le levier en tournant sa poignée dans le sens des aiguilles d'une montre.</p> <p>Pour régler la position horizontale du guidon, desserrer le levier de serrage pour déplacer le guidon dans la position souhaitée. Puis serrez fermement le levier en tournant sa poignée dans le sens des aiguilles d'une montre.</p>
RÉGLAGE DES CALE-PIEDS DANS LES PÉDALES	<p>Glissez vos chaussures dans les cale-pieds, de manière à ce que l'avant de la chaussure s'adapte parfaitement au cale-pied. Tournez la pédale de manière à pouvoir l'atteindre avec votre main et tirez sur la sangle de réglage jusqu'à ce que le haut du cale-pied s'adapte parfaitement à la chaussure. Remettez la sangle dans la boucle.</p> <p>Faites de même pour le cale-pied de l'autre pédale.</p>
DESCENDRE DU VÉLO	<p>N.B. Ne descendez pas du vélo et ne retirez pas vos pieds des pédales avant l'arrêt complet des pédales.</p> <p>Vous pouvez à tout moment arrêter le volant d'inertie en appuyant sur le bouton de frein.</p>
TRANSPORTER LE VÉLO	<p>Avant de déplacer le vélo, assurez-vous que le guidon est correctement protégé et qu'il ne présente aucun jeu. S'il y a du jeu dans le guidon, serrez fermement les leviers de serrage. Pour déplacer le vélo, placez-vous à l'avant du vélo, devant le guidon. Saisissez fermement les deux côtés du guidon et placez une jambe sur le stabilisateur avant. Inclinez le vélo vers vous jusqu'à ce que les roulettes de transport touchent le sol. Avec les roulettes au sol, transportez le vélo jusqu'à l'endroit souhaité, puis abaissez-le doucement, tout en soutenant le stabilisateur avant avec votre pied.</p>

SCHÉMA DE MONTAGE

ATTENTION ! Il est interdit d'utiliser des pièces provenant de sources autres que le fabricant.

No	Description	Quantité
1	Cadre principal	1
2	Stabilisateur avant	1
3	Capuchon du stabilisateur avant	2
4	Capuchon du stabilisateur arrière	2
5	Pied de nivellement	2
6	Boulon de carrosserie M8x99	4
7	Rondelle plate M8	6
8	Rondelle élastique M8	4
9	Capuchon de vis	4
10	Écrou en nylon	2
11	Roulette	2
12	Stabilisateur arrière	1
13	Vis Allen M8x44	2
14	Vis autotaraudeuse à tête à empreinte cruciforme	2
15 L/R	Pédale gauche/droite	1/1
16	Levier de serrage	3
17	Manchon	1
18	Tige de selle	1
19	Support de selle	1
20	Bouchon de tube	3
21	Bride	4
22	Bloc en V	1
23	Tige écrou de blocage hexagonale	1
24	Vis à tête hexagonale	2
25	Potence de guidon	1
26	Guidon	1
27	Levier de serrage	1
28	Selle	1
29 L/R	Manivelle gauche/droite	1/1
30	Capot de protection	1
31	Bouton de frein	1
32	Rondelle plate	1
33	Vis hexagonale	2
34	Boulon hexagonal intérieur M10x20	2
35	Vis cruciforme	2
36	Rondelle plate	2
37	Porte-gourde	1
38	Gourde	1
39	Fil de capteur	1
40	Console	1
41	Vis	4

MAINTENANCE DE L'ÉQUIPEMENT

N'oubliez pas la maintenance régulière de votre équipement. Effectuez les opérations suivantes au moins toutes les 20 heures de fonctionnement.

- Contrôlez les parties mobiles de votre appareil. S'ils ne sont pas suffisamment lubrifiés, utilisez de la graisse pour des roulements à vélo.
- Vérifiez l'état des pièces telles que les écrous et les boulons. Assurez-vous qu'ils sont bien serrés.
- Essuyez la sueur sur la machine après chaque séance d'entraînement. Veillez à ce que le moniteur n'entre pas en contact avec de l'eau ou de l'humidité.
- Utilisez uniquement de l'eau et du savon pour nettoyer l'appareil. N'utilisez pas de produits de nettoyage.
- Conservez l'appareil dans un endroit sec et chaud.
- N'exposez pas l'appareil à la lumière directe du soleil.

ENTRAÎNEMENT ET PHASES D'EXERCICE

L'utilisation du vélo vous apportera de nombreux avantages. Tout d'abord, il améliorera votre condition physique, renforcera vos muscles et, associé à un régime alimentaire approprié, il vous permettra de brûler les graisses corporelles superflues.

1. ÉCHAUFFEMENT

Cette phase améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un exercice plus intense. Il réduit également le risque de crampes et de lésions. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous. Si vous ressentez une douleur, arrêtez de faire des exercices ou réduisez l'amplitude des mouvements.

ÉTIREMENTS :

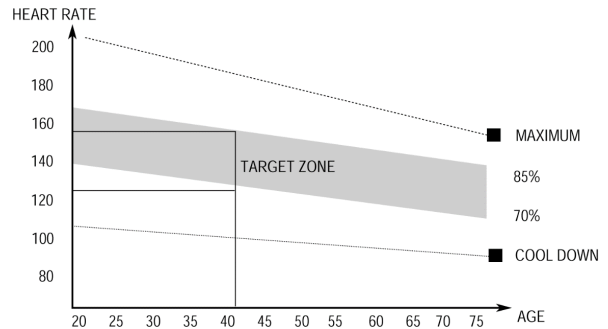
- **DE L'INTÉRIEUR DES CUISSSES** En position assise, joignez la plante de vos pieds en écartant les genoux. Tirez vos pieds le plus loin possible vers l'intérieur. Appuyez doucement vos genoux vers le sol et maintenez cette position pendant 15 secondes.
- **ÉTIREMENT DES CUISSSES** Asseyez-vous sur une surface plane. Étendez la jambe droite et plaquez la plante du pied gauche sur l'intérieur de la cuisse de la jambe tendue. Étirez-vous le plus loin possible pour aller toucher votre orteil droit. Comptez jusqu'à 15, puis relâchez. Répétez cet exercice avec la jambe gauche.
- **TOURNER LA TÊTE** Gardez la tête droite en regardant droit devant vous. Sans bouger les bras, tournez la tête vers la droite et revenez à la position initiale et ensuite tournez la tête vers la gauche et revenez à la position initiale.
- **LEVER LES BRAS** Levez votre bras gauche aussi haut que possible et maintenez-le pendant plusieurs secondes. Répétez l'exercice avec votre bras droit.
- **ÉTIREMENT DU TENDON D'ACHILLE** Tournez vers un mur, le pied gauche devant l'autre. Pliez légèrement la jambe avant. Maintenez votre jambe droite tendue et votre pied droit bien à plat au sol. Gardez les deux pieds à plat sur le sol et avancez les hanches vers le mur. Comptez jusqu'à 30, puis relâchez. Répétez l'exercice avec votre la jambe droite avant. Ne cambrez pas le dos pendant l'exercice.
- **FLEXIONS** Tenez-vous debout, les pieds joints. Penchez la partie supérieure de votre corps en avant, essayez de rapprocher le plus possible la poitrine des genoux. Comptez jusqu'à 15, puis relâchez. Ne pliez pas les genoux.

2. PHASE D'EXERCICE

C'est la phase d'entraînement proprement dite. Faites de l'exercice à votre propre rythme pour atteindre la fréquence cardiaque appropriée pour votre âge, comme indiqué dans le diagramme.

3. PHASE DE DÉTENTE

Cette phase permet de calmer la circulation et de détendre les muscles. C'est une répétition des exercices de l'échauffement. N'oubliez pas de ne pas forcer les muscles.



MODE D'EMPLOI DE LA CONSOLE

Veillez retirer le film protecteur de l'écran de la console avant utilisation.

CONSOLE (MODÈLE)

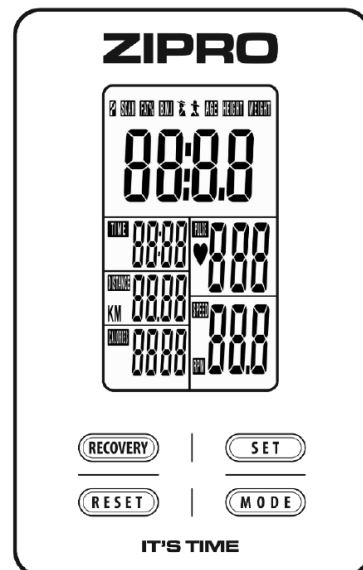
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

La console s'allume lorsque le volant d'inertie est mis en mouvement ou lorsqu'un bouton est pressé. Au bout de 4 minutes sans activité, la console s'éteindra automatiquement.

DESCRIPTION DES DIFFÉRENTS BOUTONS

- **SET** - est utilisé pour définir les valeurs des paramètres.
- **MODE** - permet de sélectionner un paramètre.
- **RESET** - permet de remettre immédiatement à zéro le temps, la distance et les calories.
- **RECOVERY** - vous permet de surveiller votre niveau de forme physique en vérifiant la vitesse à laquelle votre fréquence cardiaque revient au rythme de repos après avoir terminé l'exercice.



FONCTIONS (SPÉCIFICATIONS)

SCAN	Tous les paramètres mesures sont affichés à l'écran en boucle	pendant 6 secondes
TIME	Compte le temps total des exercices du début à la fin	00:00-99:59 min
SPEED	Affiche la vitesse actuelle.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Compte la distance totale du début à la fin de l'exercice.	0,0-99,99 km
CALORIES	Compte le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice. (La mesure est approximative pour comparer différentes séances d'exercice, ne peut pas être utilisée pendant le traitement).	0,0-9999 kcal
RPM	Affiche la cadence (tours par minute).	0-999 RPM
PULSE	Affiche le pouls actuel.	30-230 BPM

REGLAGE DE LA VALEUR À AFFICHER

- Appuyez sur le bouton **MODE** pour régler sur l'écran la fonction dont la valeur vous souhaitez atteindre pendant l'entraînement : temps, distance, calories, pouls.
- (L'écran doit afficher le paramètre lui-même sans l'option SCAN).
- Appuyant plusieurs fois sur la touche **SET**, réglez la valeur souhaitée et confirmez avec la touche **MODE**.
- Le compte à rebours commencera lorsque vous commencerez à pédaler. Le moniteur affiche une flèche vers le bas.
- La fin du compte à rebours ou le dépassement de la valeur de pouls fixée sont signalés par un son.

PULSE RATE

ATTENTION ! Mesure de la fréquence cardiaque à des fins sportives uniquement (usage médical exclu).

- Appuyez sur le bouton **MODE** jusqu'à ce que PULSE apparaisse à l'écran.
- Placez vos deux mains sur les capteurs de pouls situés sur le guidon. Pendant la mesure, l'ordinateur affiche une icône en forme de coeur.
- Après 3 à 4 secondes, l'ordinateur affiche le pouls actuel.

FONCTION RECOVERY

- Appuyez sur la touche **RECOVERY** et placez vos mains sur les capteurs de fréquence cardiaque. N.B. Cette modalité ne fonctionne que si la console détecte le pouls.
- La console affiche le temps (TIME) 1:00 (1 min) à l'écran et commence le compte à rebours. Tenez les capteurs de pouls jusqu'à ce que le compte atteigne zéro.
- Lorsque le compte à rebours est terminé, la console affiche votre niveau de récupération de F1 à F6. Utilisez le tableau ci-dessous pour lire votre niveau :

F1	Excellent
F2	Très bon
F3	Bon
F4	Suffisant
F5	Sous la moyenne
F6	Insuffisant

- Appuyez à nouveau sur la touche **RECOVERY** pour retourner.

CONNEXION BLUETOOTH À L'APPLICATION MOBILE

La console fonctionne avec l'application iConsole+ Training.

Commencez à vous entraîner et profitez de nouvelles possibilités :

- Téléchargez l'application.
- Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil mobile.
- Activez l'application et sélectionnez votre appareil ZIPRO auquel vous souhaitez vous connecter.
- Lorsque ZIPRO se connecte à l'application, la console s'éteint et son écran devient vide. Désormais, vous gérez votre ZIPRO via votre appareil mobile.



Application pour iOS



Application pour Android

CONNEXION BLUETOOTH À LA CEINTURE HR

Le vélo se connecte automatiquement à la ceinture cardiaque s'il détecte un accessoire actif à proximité. La mesure du pouls et l'utilisation de la fonction **RECOVERY** ne sont possibles qu'avec une ceinture thoracique.

DOMMAGES ÉVENTUELS ET TECHNIQUES DE RÉPARATION

ATTENTION ! L'ouverture du boîtier de l'appareil sans contact préalable avec le service du fabricant annule la garantie. En cas de suspicion d'un défaut nécessitant l'ouverture du boîtier, veuillez contacter le service après-vente du fabricant.

Description de l'erreur	Causes possibles	Solution
L'appareil est instable	L'appareil a été placé sur une surface irrégulière. Il y a un objet dérangeant l'équilibre sous le stabilisateur de l'appareil.	Placez l'appareil sur une surface plane. Réglez les pieds de nivellement. Retirez l'objet dérangeant l'équilibre.
	Les stabilisateurs de l'appareil n'ont pas été installés correctement.	Installez correctement les stabilisateurs de l'appareil. Nivelez les embouts sur le stabilisateur arrière.
	Les embouts sur le stabilisateur ne sont pas installés et nivelés correctement.	Montez correctement le stabilisateur de l'appareil. Mettez les embouts sur le stabilisateur à niveau.
La selle ou le guidon vacille	Les boulons et boutons de la tige de selle ou de la potence du guidon n'ont pas été serrés.	Serrez les vis et le bouton sur la tige de selle ou de la potence du guidon.
Un bruit pendant l'utilisation	Des composants mal serrés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Lorsque l'appareil fonctionne, il est possible que le mouvement inertiel de la masse du volant d'inertie produise des bruits discrets en raison de la nature de sa structure. Ils n'ont aucun effet sur le fonctionnement de l'équipement. Le bruit potentiel entendu lors de la rotation des pédales dans le sens inverse est techniquement déterminé et n'entraîne aucune conséquence négative.	
Un bruit et manque de fluidité	Des roulements endommagés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
Pas de résistance adéquate pendant l'entraînement	La courroie d'entraînement est desserrée.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	La distance entre le volant d'inertie et les aimants a augmenté.	Contactez le service après-vente du fabricant.
Les informations sur l'écran sont à peine visibles	La pile de la console est épuisée.	Remplacez les piles de l'écran.
Aucune réponse de la console lorsque l'on pédale sur l'appareil.	Le câble de la console n'est pas correctement connecté.	Branchez correctement le câble de la console.
	Le câble de la console est pincé/effiloché.	Contactez le service après-vente du fabricant.

GARANTIE

Le vendeur, au nom du garant, accorde une garantie sur le territoire de la République de Pologne pour une période de 24 mois à compter de la date de la vente. La garantie sur les biens vendus n'exclut, ne limite ou ne suspend pas de droits de l'Acheteur en vertu de la loi sur les droits des consommateurs.

CARTE DE GARANTIE - Voir page 108.

CONDITIONS DE GARANTIE

1. Seuls les défauts cachés causés par la faute du fabricant peuvent faire l'objet d'une réclamation et d'une garantie.
2. Le magasin ou le service respecte la garantie quand le client présente :
 - une carte de garantie valide, lisible et correctement remplie avec un cachet de vente et la signature du vendeur,
 - une preuve valable de l'achat de l'équipement avec la date de la vente,
 - la marchandise réclamée ou une pièce défectueuse.

En cas d'achat à distance, la carte de garantie n'est valable que sur la base de la preuve d'achat (reçu / facture).
3. La réclamation sera traitée dans les 14 jours suivant la notification des défauts par le Client.
4. Les défauts d'usine et les dommages révélés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai n'excédant pas 21 jours à compter de la date de livraison des marchandises au magasin ou au service.
5. En cas de nécessité d'importer des pièces, la période de réparation sous garantie peut être prolongée du temps nécessaire pour les importer, mais pas plus de 40 jours.
6. La garantie ne couvre pas :
 - des dommages mécaniques et défauts causés par ceux-ci,
 - des dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés, d'un montage et d'un entretien inappropriés,
 - des dommages et l'usure des éléments consommables tels que : fils, sangles, éléments en caoutchouc, pédales, poignées en mousse, roues, roulements, rembourrage.
 - des opérations d'assemblage et de maintenance, que l'utilisateur est tenu d'effectuer lui-même conformément au mode d'emploi.
7. La garantie ne s'applique pas dans les cas suivants :
 - l'expiration de la période de validité,
 - les réparations et modifications effectuées par le client lui-même en utilisant des pièces non originales,
 - lorsque le défaut résulte d'une installation incorrecte ou du non-respect des principes de bon fonctionnement décrits dans le mode d'emploi,
 - une utilisation autre qu'à domicile,
 - des dommages causés par le transport.
8. Aucun duplicata de la carte de garantie ne sera délivré.
9. Dans le cadre de la garantie, le client a le droit de demander les types de remèdes suivants, fournis gratuitement :
 - la réparation du produit,
 - le remplacement du produit,
 - la réduction de prix,
 - la résiliation du contrat et le remboursement intégral des frais encourus.
10. Pour déposer une réclamation, veuillez :
 - a. Présentez le produit ou sa partie auquel s'applique la garantie.
 - b. Preuve d'achat indiquant le nom et l'adresse du vendeur, la date et le lieu d'achat, le type de produit ou une carte de garantie valide portant le cachet du magasin.
 - c. Si le produit est livré sale, le centre de service peut refuser de l'accepter ou le nettoyer aux frais du client avec son accord écrit.
11. En cas de résolution positive de la plainte, l'équipement sera réparé ou remplacé par un nouveau ou le client sera remboursé. Le coût du transport du produit au client est couvert par le service du fabricant.
12. Si la demande de garantie est rejetée, le client recevra une justification détaillée de la décision et, dans les 14 jours suivant la date de notification de la décision, l'équipement sera renvoyé au client à ses frais.

Caro Utente,

Prima di iniziare l'installazione e l'utilizzo del prodotto, leggere attentamente le istruzioni riportate in questo manuale. Questo manuale contiene le importanti informazioni sull'uso sicuro e la manutenzione dell'apparecchiatura. Si consiglia di conservare questo manuale per ogni eventuale necessità di consultazione futura sulla manutenzione o per ordinare i pezzi di ricambio.

DATI TECNICI

Alimentazione	Pila AA
Peso	57,1 kg
Temperatura di funzionamento	0°C fino a +40°C
Temperatura di stoccaggio	-10oC fino a +60oC
Peso massimo dell'utente	130 kg
Classe di applicazione	Classe H
Classe di precisione	Classe C
Velocità	0,0-99,9 km/h
Norma del prodotto (principale)	EN 20957-1:2013
Uso previsto	Bicicletta de spinning per uso domestico

SICUREZZA

AVVERTENZE! Questo prodotto è stato realizzato per essere usato solamente dagli adulti in conformità con il suo uso previsto. Qualsiasi altro uso può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile dei danni causati da un uso scorretto del dispositivo.

- Il dispositivo è stato progettato e costruito sulla base delle ultime conoscenze in materia di sicurezza. Le parti pericolose che potrebbero potenzialmente rappresentare un rischio di lesioni sono state eliminate o relativamente protette.
- Non sono consentite riparazioni e modifiche fatte senza autorizzazione.
- Controllare il serraggio di viti, bulloni e dadi una volta ogni mese o ogni due mesi.
- Al fine di garantire la sicurezza permanente, controllare e mantenere regolarmente (cioè una volta all'anno) l'attrezzo in un punto vendita specializzato.
- Qualsiasi modifica all'attrezzo che non sia descritta in questo manuale può causare danni o mettere direttamente in pericolo la salute e la vita della persona che si esercita. Le modifiche al dispositivo possono essere effettuate solo dal personale di servizio del produttore o da persone addestrate da quest'ultimo.
- Tutti i dispositivi sono soggetti a una costante attività di innovazione per garantire un'alta qualità. Per questo motivo, il produttore si riserva il diritto di apportare le modifiche tecniche.
- Tutte le domande o i dubbi relativi all'attrezzo devono essere rivolti a un rivenditore specializzato.

AVVERTENZA! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'utilizzo dell'apparecchiatura devono essere avvertite dei possibili pericoli. Fare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di iniziare l'esercizio, consultare il medico per assicurarsi di non avere controindicazioni di salute all'allenamento sul dispositivo. Sulla base del parere dello specialista, si può sviluppare il proprio piano di allenamento. Un programma inadatto o esercizio eccessivo può essere pericoloso per la salute e la vita.

AVVERTENZA! I sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca possono essere imprecisi. L'esaurimento durante l'esercizio può provocare lesioni gravi o la morte. Se si sente debole, smetta immediatamente di fare esercizio.

AVVERTENZE! Seguire rigorosamente le istruzioni di formazione contenute in questo manuale

- Il posizionamento del manubrio e della sella deve tenere conto delle condizioni fisiche individuali della persona che si esercita al fine di adottare una posizione comoda e corretta per l'allenamento
- Quando si sceglie un posto per allenarsi, assicurarsi di mantenere una distanza di sicurezza da possibili ostacoli. Non posizionare l'attrezzo vicino a vie di circolazione (strade, cancelli, passaggi, ecc.).
- Non utilizzare l'attrezzo in prossimità di un muro. La zona di sicurezza è di 2000 mm e larga almeno quanto l'attrezzo

AVVERTENZE! Fare attenzione durante l'installazione dell'unità e non permettere ai bambini di avvicinarsi. Le piccole parti (dadi, bulloni, ecc.) sono utilizzate durante il montaggio e possono essere ingerite da loro.

RISCHIO RESIDUO

- Dopo l'attenuazione del rischio, solo 13 delle oltre 230 cause rientrano nella categoria "comunemente accettata".
- Quando la protezione anticaduta non viene utilizzata, o viene utilizzata ma in modo non corretto, c'è un rischio residuo, cioè una caduta di una persona con conseguenti abrasioni, contusioni, fratture o, nel peggiore dei casi, la morte.
- Esiste un rischio residuo di sovraccarico involontario della persona che si esercita a causa di una manipolazione o valutazione errata, così come una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori di software, ecc.) Anche la migliore protezione software e hardware non esclude un errore software o hardware e può teoricamente causare un sovraccarico dell'esercitatore.
- Il prodotto è un apparecchio elettrico, quindi non si può escludere una scossa elettrica che può portare alla morte.
- Non si può escludere un rischio residuo di soffocamento.
- I rischi possono essere ridotti seguendo le informazioni sulla sicurezza contenute nelle istruzioni per l'uso.
- Non si può escludere che l'uso non intenzionale o non autorizzato comporti altri rischi non contabilizzati, e che i rischi contabilizzati siano stati stimati in modo errato.

Nell'analisi dei rischi, la valutazione è stata fatta sulla base dello „stato attuale del dispositivo“. Sulla base della valutazione e dell'ispezione del prodotto, la probabilità che si verifichi un rischio inaccettabile è molto bassa. Il dispositivo (la sua struttura, il modo di funzionamento e l'uso) non comporta - in condizioni normali - rischi ingiustificati per l'esercitante o per terzi.

SEGNI DI MANIPOLAZIONE SULL'IMBALLAGGIO PER IL TRASPORTO

Questo lato in alto. Non rovesciare.



Proteggere dalle cadute.



Attenzione, fragile. Possibili danni. Maneggiare con cura.



Riparare dalla pioggia e dall'umidità.



Imballaggio riciclabile.



Attenzione: prodotto pesante

UTILIZZO

Prima di iniziare l'allenamento assicurarsi che il dispositivo sia installato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento si raccomanda di familiarizzare con tutte le caratteristiche e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- L'attrezzo ha i componenti che possono essere soggetti a corrosione. Per questo motivo non si raccomanda di lasciarlo in un ambiente umido. L'attrezzo (specialmente i componenti interni ed elettronici) non deve entrare in contatto con acqua, bevande, sudore ecc.
- Il dispositivo è destinato esclusivamente all'allenamento di adulti e non è assolutamente un giocattolo per bambini. Se si permette ai bambini, al proprio rischio, di usare il dispositivo e' indispensabile di istruirli nell'uso corretto e di sorvegliarli in ogni momento.
- Questo prodotto non è adatto ad un uso terapeutico.
- Durante il funzionamento del dispositivo si possono sentire i rumori deboli con il movimento inerziale della massa volante della cinghia di trasmissione, che derivano dal tipo di costruzione. Non hanno alcun effetto sul funzionamento dell'attrezzo.
- Le emissioni di rumore con il carico sono più alte che senza carico.
- Prima di iniziare ogni sessione di formazione, verificare la correttezza delle protezioni e dei collegamenti a vite o a spina.
- Durante l'allenamento sul dispositivo, ricordarsi di indossare le calzature adeguate (scarpe sportive).

MONTAGGIO

L'unità deve essere installata con cura da un adulto. In caso di dubbio, chiedere l'assistenza di qualcuno con più esperienza in questo campo.

- Prima di iniziare l'installazione, assicurarsi che il kit con il dispositivo contenga tutti i componenti dell'elenco delle parti e che gli eventuali elementi non siano stati danneggiati durante il trasporto. Contattare il rivenditore se mancano delle parti o se ci sono delle contestazioni.
- Consultare i disegni e le spiegazioni e procedere all'installazione nell'ordine indicato nelle istruzioni di installazione.
- Fare attenzione durante il montaggio. Esiste il rischio di lesioni durante l'utilizzo di strumenti e componenti.
- È utile ricordarsi di mantenere un ambiente sicuro. Non disporre gli strumenti ed i componenti in modo caotico. Bisogna ricordarsi che le pellicole e i sacchetti di plastica rappresentano un rischio di soffocamento per i bambini.
- Le parti di montaggio necessarie per un determinato passo delle istruzioni di montaggio sono mostrate nei disegni e nelle spiegazioni. Utilizzare le parti indicate nelle istruzioni di montaggio.
- Durante le prime fasi del montaggio, non serrare le parti al massimo. Farlo dopo averli posizionati tutti e dopo essersi assicurato che siano posizionati correttamente.
- Il produttore si riserva il diritto di preassemblare alcune parti.

SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE

Quando sul display le informazioni vengono visualizzate chiare o non ci saranno, occorre sostituire le batterie. Rimuovere il coperchio delle batterie sostituire quelle esaurite con due nuove. Mettendole nel vano rispettare la polarità, "+" e "-". Se il display non funziona correttamente dopo il riavvio, rimuovere le batterie per alcuni minuti e poi reinserirle.



ATTENZIONE! Le batterie usate non sono coperte dalla garanzia. Contengono sostanze nocive (ad esempio cadmio, mercurio, piombo), allora non gettare le batterie esaurite insieme agli altri rifiuti domestici. Provvedere allo smaltimento differenziato negli appositi raccoglitori per batterie

AMBIENTE



Il dispositivo viene spedito in un imballaggio per proteggerlo da possibili danni durante la spedizione. L'imballaggio è materia prima non lavorata e può essere riciclato. Smaltire questi materiali negli appositi contenitori colorati per la raccolta differenziata.



Proteggere l'ambiente e non smaltire le batterie usate con gli altri rifiuti domestici. Restituirli al punto vendita o portarli in un punto di riciclaggio dedicato.

Le apparecchiature elettriche usate (compresi i contatori e gli alimentatori) sono riciclabili - non smaltirle tra i rifiuti domestici perché possono contenere sostanze pericolose per la salute e per l'ambiente. Si prega di aiutare attivamente nella gestione economica delle risorse naturali e proteggere l'ambiente consegnando il dispositivo usato a un punto di raccolta dei materiali riciclabili - i dispositivi elettrici usati.

IMPOSTAZIONI

REGOLAZIONE DELL'EQUILIBRIO	Per una pedalata fluida e confortevole, è importante assicurare la stabilità della bicicletta. Se si nota durante l'uso che la bicicletta è squilibrata, regolare i piedi situati sotto gli stabilizzatori anteriori e posteriori. Per fare questo, con una chiave, allentare la vite esagonale girandola in senso orario. Dopo aver allentato la vite, girare il piede di livellamento fino a che non sia a livello con la superficie su cui si trova la bicicletta. Una volta completata la regolazione, utilizzare nuovamente la chiave per stringere la vite esagonale girandola in senso antiorario. Se necessario, ripetere il processo sugli altri piedi di livellamento.
REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA	Regolare la resistenza della bicicletta con la manopola del freno. Per aumentare il livello di resistenza, girare la manopola a destra (in senso orario), per diminuirlo, girare la manopola a sinistra (in senso antiorario). Per la frenata d'emergenza, premere la manopola del freno.
REGOLAZIONE DELLA SELLA	L'altezza corretta della sella aumenta l'efficienza dell'esercizio e riduce il rischio di lesioni. L'aggiustamento della sella in avanti o indietro può aiutare a esercitare diversi gruppi muscolari. Posizionare i pedali verticalmente (un pedale in basso, l'altro in alto). Salire sulla bicicletta e mettere i piedi sui

pedali. Assicurarsi che la gamba sul pedale inferiore sia posizionata comodamente. Se è troppo piegata, alzare la sella. Se non si riesce a raggiungere il pedale o la gamba è in iperestensione, abbassare la sella. Per regolare l'altezza della sella, allentare la maniglia di bloccaggio inferiore e alzare o abbassare la sella nella posizione desiderata. Assicurarsi che la maniglia vada nel foro corretto del reggisella. Non sollevare il reggisella al di sopra del punto contrassegnato STOP. Poi stringere saldamente la maniglia girando la sua leva in senso orario. Per regolare la posizione orizzontale della sella, allentare la maniglia di bloccaggio superiore e spostare la sella nella posizione desiderata. Poi stringere saldamente la maniglia girando la sua leva in senso orario.

REGOLAZIONE DEL MANUBRIO	Per regolare l'altezza del manubrio, allentare la maniglia di bloccaggio inferiore e alzare o abbassare il manubrio nella posizione desiderata. Assicurarsi che la maniglia scivoli nel foro corretto del reggisella. Poi stringere saldamente la maniglia girando la sua leva in senso orario. Per regolare la posizione orizzontale del manubrio, allentare la maniglia di bloccaggio per spostare il manubrio nella posizione desiderata. Poi stringere saldamente la maniglia girando la sua leva in senso orario.
REGOLAZIONE DEI FERMAPIEDI SUI PEDALI	Posizionare la parte anteriore del piede nel fermapiedi in modo che la parte anteriore della scarpa sia ben aderente alla punta. Girare il pedale in modo da poterlo raggiungere con la mano e tirare il cinturino di regolazione fino a quando la parte superiore del fermapiedi si adatta perfettamente alla scarpa. Inserire di nuovo il cinturino nella fibbia. Fare lo stesso per il fermapiedi nell'altro pedale.
SCENDERE DALLA BICI	ATTENZIONE! Non scendere dalla bicicletta o staccare i piedi dai pedali finché i pedali non si sono completamente fermati. Si può fermare il volano in qualsiasi momento premendo la manopola del freno.
SPOSTARE LA BICI	Prima di spostare la bicicletta, assicurarsi che il manubrio sia ben fissato e non abbia gioco. Se c'è il gioco nel manubrio, stringere saldamente le maniglie di bloccaggio. Per spostare la bici, posizionarsi davanti alla bici davanti al manubrio Afferrare saldamente entrambi i lati del manubrio e posizionare una gamba sul stabilizzatore anteriore. Inclinare la bicicletta finché le rotelle di trasporto non toccano il suolo. Con le ruote a terra, trasportare la bicicletta nel luogo desiderato e poi abbassarla delicatamente, sostenendo lo stabilizzatore anteriore con il piede.

SCHEMA DI MONTAGGIO

ATTENZIONE! È vietato utilizzare le parti provenienti da fonti diverse dal produttore.

N.	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1
2	Stabilizzatore anteriore	1
3	Tappo dello stabilizzatore anteriore	2
4	Tappo dello stabilizzatore posteriore	2
5	Piedino di livellamento	2
6	Vite a testa tonda con quadro sottotesta M8x99	4
7	Rondella piatta M8	6
8	Rondella elastica M8	4
9	Cappuccio per viti	4
10	Ghiera in nylon	2
11	Rotella	2
12	Stabilizzatore posteriore	1
13	Vite a brugola M8x44	2
14	Vite autofilettante con impronta a croce	2
15 L/R	Pedale sinistro/destro	1/1
16	Maniglia di bloccaggio	3
17	Manicotto	1
18	Reggisella	1
19	Supporto del sedile	1
20	Tappo del tubo	3
21	Manicotto	4
22	Blocco a V	1
23	Vite di bloccaggio esagonale	1
24	Vite a testa esagonale	2
25	Supporto del manubrio	1
26	Manubrio	1
27	Maniglia di serraggio	1
28	Sedile	1
29 L/R	Pedivella superiore sinistra/destra	1/1
30	Cappuccio di protezione	1
31	Manopola del freno	1
32	Rondella piatta	1
33	Vite esagonale	2
34	Vite con testa esagonale interna M10x20	2
35	Vite a croce	2
36	Rondella piatta	2
37	Portaborracce	1
38	Borraccia	1
39	Cavo del sensore	1
40	Computer	1
41	Vite	4

MANUTENZIONE DEL DISPOSITIVO

Mantenere il dispositivo regolarmente. Eseguire le seguenti operazioni almeno ogni 20 ore di funzionamento.

- Controllare le parti mobili del dispositivo. Se non sono sufficientemente lubrificati, usare del grasso per cuscinetti di bicicletta.
- Controllare le condizioni delle parti come dadi e viti. Assicurarsi che siano ben serrate.
- Asciugare il sudore dalla macchina dopo ogni allenamento. Assicurarsi che il monitor non entri in contatto con acqua o umidità.
- Usare solo acqua e sapone per pulire il dispositivo. Non usare detergenti.
- Conservare il dispositivo in un luogo asciutto e caldo.
- Non esporre il dispositivo alla luce diretta del sole.

ALLENAMENTO E LE FASI DI ESERCIZI

L'uso della macchina vi fornirà molti benefici. Prima di tutto, migliorerà la tua condizione, rafforzerà i tuoi muscoli e, combinato con una dieta adeguata, ti permetterà di bruciare il grasso corporeo in eccesso.

1. RISCALDAMENTO

Questa fase migliora la circolazione del sangue in tutto il corpo e prepara i muscoli per un maggiore esercizio. Riduce anche il rischio di sviluppare crampi e di lesioni. Si consiglia di fare alcuni esercizi di stretching come indicato di seguito. Se senti dolore, smetti di esercitarti o riduci la gamma di movimento.

ESERCIZI DI STRETCHING:

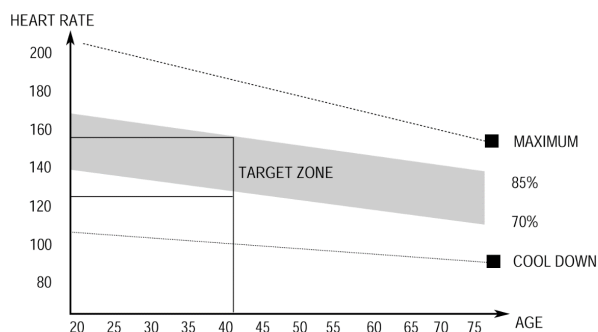
- **ALLUNGARE I MUSCOLI INTERNI DELLA COSCIA** Siediti su una superficie piana con le gambe piegate e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Avvicina le piante dei piedi e portale il più vicino possibile. Premi delicatamente le ginocchia, puntandole verso il suolo e mantieni questa posizione per 15 secondi
- **ALLUNGARE LE COSCE** Siediti su una superficie piana. Raddrizza la gamba destra e metti la pianta del piede sinistro sulla coscia destra. Estendi la mano destra verso le dita della gamba destra il più possibile. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ripeti con la gamba sinistra.
- **ROTAZIONI DEL CAPO** Tieni la testa dritta, guardando dritto davanti a te. Senza muovere le braccia, gira la testa a destra e raddrizzala, e poi gira la testa a sinistra e raddrizzala.
- **SOLLEVAMENTI DELLE BRACCIA** Alza il braccio sinistro il più in alto possibile e tienilo così per alcuni secondi. Ripeti l'esercizio con il braccio destro.
- **ALLUNGAMENTO DEL TENDINE D'ACHILLE** In piedi di fronte al muro, stendi la gamba sinistra in avanti e piegala leggermente al ginocchio. Tieni la gamba destra dietro di te, dritta, con il tallone sul pavimento. Tieni entrambi i talloni sul pavimento e premi i fianchi contro il muro. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ripeti l'esercizio con la gamba destra estesa. Ricordati di non inarcare la schiena durante l'esercizio.
- **PIEGAMENTI IN AVANTI IN PIEDI** Stai con i piedi uniti. Fai un piegamento in avanti, cercando di avvicinare il più possibile il petto alle ginocchia. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ricordati di non piegare le ginocchia

2. FASE DI ALLENAMENTO

Questa è la propria fase dell'allenamento. Esercitati al proprio ritmo per raggiungere la frequenza cardiaca appropriata per la tua età come indicato nella tabella.

3. FASE DI RILASSAMENTO

Questa fase permette di calmare la circolazione e a rilassare i muscoli. È una ripetizione dei esercizi di riscaldamento. È importante ricordare di non sforzare i muscoli.



ISTRUZIONI PER IL COMPUTER

Si prega di rimuovere la pellicola protettiva dallo schermo del computer prima dell'uso.

COMPUTER (MODELLO)

MRMSBIC05-GRN

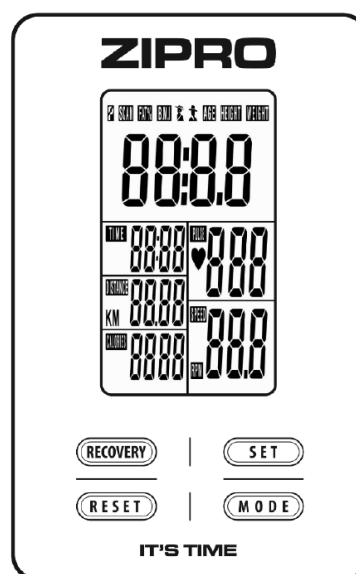
AUTO ON/OFF

Per accendere il computer, premere un pulsante qualsiasi o semplicemente iniziare a pedalare. Sullo schermo apparirà una freccia in su.

Il computer si spegne automaticamente in assenza di segnali di input per 4 minuti.

DESCRIZIONE DEI SINGOLI PULSANTI

- **SET** - viene utilizzato per impostare i valori dei parametri.
- **MODE** - consente di selezionare i parametri.
- **RESET** - serve per l'azzeramento istantaneo di tempo, di distanza e di calorie.
- **RECOVERY** - ti consente di monitorare il tuo livello di forma fisica controllando il tempo con cui la frequenza cardiaca torna al ritmo di riposo dopo aver terminato l'allenamento.



FUNZIONI (SPECIFICAZIONE)

SCAN	Tutti i parametri di allenamento misurati vengono visualizzati in sequenza sullo schermo	ogni 6 secondi
TIME	Conteggia il tempo di esercizio dall'inizio alla fine.	00:00-99:59 min
SPEED	Visualizza la velocità di pedalata.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Misura la distanza totale percorsa durante l'esercizio.	0,0-99,99 km
CALORIES	Visualizza la stima delle calorie bruciate durante l'esercizio. (La misurazione è approssimativa per confrontare diverse sessioni di allenamento, non può essere utilizzata nel trattamento medicale).	0,0-9999 kcal
RPM	Visualizza la cadenza (giri al minuto).	0-999 RPM
PULSE	Visualizza la frequenza cardiaca attuale.	30-230 BPM

IMPOSTAZIONE DEI VALORI PER IL CONTEGGIO

- Premere il tasto **MODE** per impostare sul display il valore che si vuole raggiungere durante l'allenamento: tempo, distanza, calorie, pulsazioni. (Il display dovrebbe mostrare il parametro stesso senza l'opzione SCAN).
- Premere più volte il pulsante **SET**, impostare il valore desiderato e confermare con il pulsante **MODE**.
- Il conteggio inizierà dopo l'inizio della pedalata. Il display visualizzerà una freccia verso il basso.
- La fine del conteggio o il superamento del valore delle pulsazioni impostato è segnalato da un suono.

PULSE RATE

ATTENZIONE! La misurazione della frequenza cardiaca solo per scopi sportivi (escluso l'uso medico).

- Premere il pulsante **MODE** fino a che nel display non indica PULSE.
- Posizionate entrambi i palmi delle mani nei sensori presenti sul manubrio. Il computer visualizzerà un'icona a forma di cuore durante la misurazione.
- Dopo 3-4 secondi il monitor visualizzerà il valore attuale del vostro battito cardiaco.

FUNZIONE RECOVERY

- Premere il pulsante **RECOVERY** e mettere le mani sui sensori di frequenza cardiaca. **ATTENZIONE!** Questo modo funziona solo se il computer rileva il battito cardiaco.
- Il computer visualizzerà il tempo (TIME) 1:00 (1 min) sullo schermo e inizierà il conto alla rovescia. Non togliere le mani dai sensori di polso durante il conto alla rovescia.
- Quando il conto alla rovescia è completo, il computer visualizzerà il tuo punteggio nell'ambito F1-F6. Usa la tabella qui sotto per leggere il tuo livello:

F1	Eccellente
F2	Molto buono
F3	Buono
F4	Sufficiente
F5	Inferiore alla media
F6	Insufficiente

- Premere nuovamente il pulsante **RECOVERY** per tornare all'inizio.

CONNESSIONE BLUETOOTH ALL'APPLICAZIONE MOBILE

Il computer funziona con l'applicazione iConsole+ Training.

Inizia ad allenarti e goditi nuove possibilità:

- Scarica l'applicazione.
- Attiva il Bluetooth nel tuo dispositivo mobile.
- Accendi l'app e seleziona il tuo dispositivo ZIPRO a cui vuoi collegarti.
- Quando ZIPRO si connette all'app, il computer si spegne e il suo schermo diventa bianco. D'ora in poi, gestirai il tuo ZIPRO tramite il tuo dispositivo mobile.



Applicazione su iOS



Applicazione su Android

CONNESSIONE BLUETOOTH ALLA FASCIA HR

La bicicletta si collega automaticamente alla fascia HR se rileva un accessorio attivo nelle vicinanze. La misurazione del polso e l'uso della funzione **RECOVERY** sono possibili solo con una cintura toracica.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE

ATTENZIONE! L'apertura dell'involucro del dispositivo senza il previo contatto con il servizio di assistenza del fabbricante invaliderà la garanzia. In caso di sospetto guasto che richieda l'apertura dell'involucro, contattare il servizio di assistenza del fabbricante.

Descrizione dell'errore	Possibili cause	Soluzione
Il dispositivo traballa	Il dispositivo è stato posto su una superficie irregolare. C'è un oggetto che disturba l'equilibrio sotto lo stabilizzatore del dispositivo.	Posizionare il dispositivo su una superficie piana. Regolare i piedini di livellamento. Rimuovere l'oggetto che disturba l'equilibrio. Rimuovere l'oggetto che disturba l'equilibrio.
	Gli stabilizzatori non sono stati installati correttamente.	Installare correttamente gli stabilizzatori del dispositivo. Livellare i compensatori sullo stabilizzatore posteriore.
	I compensatori sullo stabilizzatore non sono installati e livellati correttamente.	Assembly the rear base correctly. Level the caps on the base.
La sella o il manubrio traballano	Le viti e le manopole del supporto del sedile o del manubrio non sono stati serrati.	Serrare le viti e la manopola del supporto del sedile o del manubrio. Livellare i cuscinetti sullo stabilizzatore.
Il rumore durante l'uso	I componenti non correttamente serrati.	Contattare il servizio di assistenza del produttore. supporto del sedile o del manubrio.
	Durante il funzionamento del dispositivo si possono sentire i rumori deboli con il movimento inerziale della massa volante, che derivano dal tipo di costruzione. Non hanno alcun effetto sul funzionamento dell'attrezzatura. Il potenziale rumore che si sente quando si girano i pedali nella direzione opposta è tecnicamente determinato e non causa alcuna conseguenza negativa.	
Il rumore e mancanza di fluidità	I cuscinetti danneggiati.	Contact the manufacturer's service.
Mancanza di un'adeguata resistenza durante l'allenamento	La cinghia di trasmissione è allentata.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	La distanza tra il volante e i magneti è aumentata.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
Le informazioni sul display sono poco visibili	La batteria che alimenta il computer si è scaricata.	Sostituire le batterie nel display.
Nessuna risposta dal computer quando si pedala sul dispositivo	Il cavo del computer non è collegato correttamente.	Collegare correttamente il cavo del computer.
	Il cavo del computer è intrappolato/usurato.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.

GARANZIA

Il Venditore per conto del Garante concede una garanzia sul territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita. La garanzia per la merce venduta non esclude, limita o sospende i diritti dell'Acquirente ai sensi della Legge sui diritti dei consumatori.

SCHEMA DI GARANZIA - Vedi pag. 108.

CONDIZIONI DI GARANZIA

1. Solo i difetti nascosti causati dalla colpa del produttore sono soggetti a reclamo e garanzia.
2. La garanzia sarà rispettata dal negozio o dal servizio dopo che il cliente avrà presentato:
 - una scheda di garanzia valida, leggibile e correttamente compilata con un timbro di vendita e la firma del venditore,
 - prova valida di acquisto dell'attrezzo con la data di vendita,
 - la merce contestata o una parte difettosa
 In caso di acquisto a distanza, la scheda di garanzia è valida solo sulla base della prova d'acquisto (scontrino / fattura).
3. Il reclamo sarà preso in considerazione entro 14 giorni dal momento della denuncia del difetto da parte del Cliente.
4. I difetti di fabbricazione e i danni rilevati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un periodo non superiore a 21 giorni dalla data di consegna della merce al negozio o al servizio.
5. In caso di necessità di importare parti, il periodo di riparazione in garanzia può essere esteso del tempo necessario per importarle, ma non più di 40 giorni.
6. Garanzia non comprende:
 - danni meccanici e difetti causati da essi,
 - danni e difetti derivanti da un uso e uno stoccaggio improprio e uno stoccaggio, un montaggio e una manutenzione impropri,
 - danni e usura dei materiali di consumo come: corde, cinghie, elementi in gomma, pedali, maniglie in spugna, ruote, cuscinetti, tappezzeria.
 - attività di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, l'utente è obbligato a svolgere da solo.
7. La garanzia è esclusa nei casi seguenti:
 - dopo la data di scadenza,
 - riparazioni e modifiche effettuate dal cliente con l'uso di parti non originali,
 - quando il difetto deriva da un'installazione errata o dall'inosservanza dei principi di funzionamento corretto descritti nelle istruzioni per l'uso,
 - uso non domestico del prodotto,
 - danni causati durante il trasporto.
8. Non verranno rilasciati duplicati della scheda di garanzia.
9. In base alla garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere i seguenti tipi di rimedi forniti gratuitamente:
 - riparazione del prodotto,
 - sostituzione del prodotto,
 - riduzione di prezzo,
 - risoluzione del contratto e rimborso completo dei costi sostenuti.
10. Per fare un reclamo, è necessario:
 - a. Presentare il prodotto o la sua parte a cui si applica la garanzia.
 - b. Una prova di acquisto che indichi il nome e l'indirizzo del venditore, la data e il luogo di acquisto, il tipo di prodotto o una scheda di garanzia valida con il timbro del negozio.
 - c. In caso di consegna di un prodotto sporco, il servizio di assistenza può rifiutare di accettarlo o, a spese del cliente e con il suo consenso scritto, effettuare la pulizia.
11. Se il reclamo viene accettato, l'attrezzo sarà riparato o sostituito con uno nuovo, o il cliente sarà rimborsato. Il costo del trasporto della merce al cliente è coperto dal servizio del produttore.
12. Se la richiesta di garanzia viene respinta, il cliente riceverà una giustificazione dettagliata della decisione presa e l'attrezzo verrà restituito al cliente a sue spese entro 14 giorni dalla comunicazione della decisione.

Estimado Usuario,

Lee este manual antes de iniciar el montaje y el primer uso del dispositivo. Este manual contiene importantes informaciones relativas al uso seguro y mantenimiento del dispositivo. Guarda el manual, para poder consultar las informaciones de mantenimiento o pedir repuestos.

DATOS TÉCNICOS

Alimentación	Pila AA
Peso	57,1 kg
Temperatura de uso	0°C hasta +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C hasta +60°C
Peso máximo del usuario	130 kg
Clase de uso	Clase H
Clase de precisión	Clase C
Velocidad	0,0-99,9 km/h
Norma del producto (principal)	EN 20957-1:2013
Uso previsto	Bicicleta de spinning para uso doméstico.

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! Este dispositivo puede ser utilizado solamente para fines previstos, esto es para entrenamiento físico de personas adultas. Cualquier otro uso puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños ocasionados por un uso indebido del dispositivo.

- El dispositivo ha sido diseñado y construido, en base a los conocimientos de seguridad más recientes. Los elementos peligrosos que potencialmente pueden causar riesgo de lesiones, han sido eliminado o protegidos.
- No se permite realizar reparaciones o modificaciones por cuenta propia.
- Una vez al mes o dos meses, comprobar que los tornillos, tirafondos y tuercas están bien apretadas.
- Para garantizar la seguridad plena, realizar regularmente (una vez al año) las tareas de mantenimiento en un centro técnico especializado.
- Todos los cambios del dispositivo no descritos en este manual pueden ser causa de defectos y peligro para la salud y vida del usuario. Solamente el personal autorizado de un taller técnico del fabricante o personas adiestradas por el fabricante, pueden modificar el dispositivo.
- Todos los dispositivos están sujetos a innovaciones, con el fin de garantizar la máxima calidad. Por ello, el fabricante se reserva el derecho de implementar modificaciones técnicas.
- Todas las preguntas o dudas relacionadas con este dispositivo deben dirigirse a la entidad comercial especializada.

¡ATENCIÓN! Hay que advertir a las personas que permanecen cerca del dispositivo, durante su uso, de posibles riesgos. Guardar especial atención en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de empezar a hacer ejercicio, consultar con un médico para constatar que el uso del dispositivo no resulta contraindicado por motivos de salud. Preparar un plan de entrenamiento, basado en la opinión de un especialista. Un programa de ejercicios incorrecto puede ser peligroso para tu salud o vida.

¡ADVERTENCIA! El sistema de control de ritmo cardiaco no es preciso. El esfuerzo o cansancio excesivos pueden ocasionar lesiones e incluso la muerte. Si no te sientes bien, interrumpe inmediatamente el ejercicio.

¡ATENCIÓN! Atenerse estrictamente a las advertencias relativas al entrenamiento, recogidas en este manual.

- El ajuste del sillín y manillar debe tener en cuenta las condiciones físicas del usuario, para adoptar una postura cómoda y correcta durante el ejercicio.
- Elegir un lugar seguro para realizar el entrenamiento, a una distancia segura de posibles obstáculos. No colocar el equipo en pasillos, corredores, entradas, puertas, etc.
- Queda prohibido usar el equipo a poca distancia de la pared. La zona de seguridad es de 2000 mm y ese el ancho mínimo del dispositivo.

¡ATENCIÓN! Evitar la presencia de niños y procede con extrema cautela, durante el montaje del dispositivo. Durante el montaje, se utilizan piezas pequeñas (tornillos, tuercas, etc.) que los niños pueden tragar.

RIESGO RESIDUAL

- Una vez limitado el riesgo, solo 13 de más de 230 causas de riesgo resultan „normalmente aceptables“.
- Si no se toman medidas protectoras frente a la caída o bien esas medidas son incorrectas, existe riesgo residual de que la caída de la persona cause roces de piel, moratones, roturas o bien, en el peor de los casos, la muerte.
- Existe un riesgo residual de posible sobrecarga del usuario, por un uso incorrecto del dispositivo, estimación incorrecta de capacidad física o transmisión incorrecta de datos (debido a transferencias electromagnéticas, error de software, etc.). Incluso las mejores protecciones de software y equipo no pueden eliminar posible error de software o fallo del equipo que pueden causar una sobrecarga física al usuario.
- El producto es un dispositivo eléctrico, por ello existe riesgo residual de posible descarga eléctrica que pueda causar la muerte.
- No se puede excluir un riesgo residual de asfixia.
- Es posible limitar el riesgo, ateniéndose a las instrucciones de seguridad recogidas en este manual.
- No se puede excluir que el uso incorrecto o indebido genere riesgos no tenidos en cuenta o bien no valorados previamente.

El análisis de riesgo se aplica al „estado actual del dispositivo“. La valoración y control del producto indican que la probabilidad de aparición de riesgo inadmissible es muy reducida. El dispositivo (su estructura, forma de funcionamiento y uso) no genera riesgo innecesario para el usuario o terceros, en condiciones normales.

SÍMBOLOS DE MANEJO EN ENVOLTORIOS DE TRANSPORTE

Este lado hacia arriba.
No volcar.



Proteger de impactos.



Cuidado, frágil.
Posibilidad de daños.
Proceder con cautela.



Proteger de la humedad.



Envase reciclable.



Atención: producto pesado.

MANEJO

Antes de iniciar el entrenamiento, asegurarse que el dispositivo ha sido montado correctamente.

- Antes de iniciar el primer entrenamiento, conocer todas las funciones y posibilidades de ajuste del dispositivo.
- El dispositivo tiene elementos que pueden ser expuesto a la corrosión. Por ello, no se recomienda que el dispositivo permanezca en zona con elevada humedad relativa. Evitar que el dispositivo tenga contacto con agua, bebidas, sudor, etc. (particularmente sus componentes externos y electrónicos).
- El dispositivo está destinado para entrenamiento de adultos. No es un juguete para niños. Si permites que los niños usen el dispositivo lo haces por tu cuenta y con plena responsabilidad. Procura instruir a los menores acerca de su funcionamiento y mantén siempre vigilados a los niños.
- El equipo no es apto para fines terapéuticos.
- El funcionamiento del dispositivo puede generar ruidos de baja intensidad, debido al movimiento de la correa y volante inercia. Estos ruidos no afectan el funcionamiento del equipo.
- El nivel de ruido puede ser mayor, si aumenta la intensidad de carga.
- Antes de iniciar el entrenamiento, comprueba el funcionamiento correcto de elementos de seguridad y uniones atornilladas y acoples.
- Usar calzado adecuado, durante el entrenamiento (calzado deportivo).

MONTAJE

El dispositivo debe ser montado con cuidado y por un adulto. En caso de dudas, recurrir a la ayuda de una persona con experiencia en este campo.

- Antes de iniciar el montaje, asegurarse de que el conjunto incluye todos los elementos indicados en la lista, comprobar que los elementos no han sufrido daños durante el transporte. Si faltan elementos o tienes alguna reserva, ponte en contacto con el vendedor.
- Leer el manual, familiarizarse con las imágenes y aclaraciones, realizar el montaje siguiendo el orden indicado en el manual.
- Proceder con cautela, durante el montaje. Existe riesgo de sufrir lesiones o heridas, durante el uso de herramientas y elementos.
- Crear un entorno seguro, para realizar el montaje. No esparcir caóticamente las herramientas y elementos de montaje. Recuerda que las películas plásticas y las bolsas de plástico generan riesgo de asfixia para los niños.
- Los elementos de montaje necesarios para realizar cada paso del manual se presentan en imágenes y aclaraciones. Usar los elementos indicados en el manual de montaje.
- Durante las primeras etapas de montaje, no enroscar tornillos a tope. Apretar todos los elementos y tornillos, una vez constatado tu montaje correcto.
- El fabricante se reserva el derecho a realizar un montaje preliminar de algunos elementos.

SUSTITUCIÓN DE PILAS

Es necesario reemplazar las pilas, si los mensajes presentados en la pantalla resultan poco visibles o no se ven en absoluto.

Desmontar la tapa de pilas y reemplazar las pilas viejas por dos nuevas. Colocar las pilas en su compartimento, orientado correctamente los polos „+“ y „-“. Si la pantalla no funciona correctamente, después de volver a conectar, sacar las pilas durante unos minutos y volver a colocarlos.



¡ATENCIÓN! Las pilas gastadas no están incluidas en la garantía. Las pilas contienen sustancias nocivas (por ej.: cadmio, mercurio o plomo) y por ello no deben desecharse con basura de hogar. Las pilas deben reciclarse siguiendo la normativa local aplicable.

MEDIO AMBIENTE



El dispositivo se suministra en embalaje que lo protege de eventuales daños durante el transporte. Los materiales de embalaje pueden reciclarse. Desechar estos materiales en los recipientes correspondientes a la recogida selectiva de basura.



Protege el medio ambiente y no tires las pilas gastadas al cubo de basura en tu casa. Entrega las pilas en el lugar de compra o al punto de recogida selectiva de basuras.

Los equipos eléctricos desgastados (incluyendo fuente de alimentación, ordenador, pantalla) pueden ser fuente de recursos obtenidos del reciclaje - no se pueden desechar junto con desperdicios comunes, ya que pueden contener sustancias peligrosas para el ser humano o medio ambiente. Por favor, contribuye activamente en la gestión responsable y sostenible de los recursos y ayuda a proteger el medio ambiente, entregando los equipos eléctricos y electrónicos obsoletos en los puntos de recogida selectiva, según la normativa local aplicable.

REGULACIÓN

<p>AJUSTE DE EQUILIBRIO</p>	<p>Para usar la bicicleta de forma fluida y cómoda, es necesario ajustar su equilibrio. Si constatas que la bicicleta no está equilibrada, ajusta las patas bajo los soportes frontales y posteriores. Para ello, usa una llave para aflojar el tirafondo hexagonal, girándolo en sentido de agujas del reloj. Después de aflojar el tirafondo, gira la pata niveladora hasta que se encuentre a nivel de superficie, sobre la cual se encuentra la bicicleta. Una vez finalizado el ajuste, usa la llave para enroscar el tirafondo hexagonal, girándolo en sentido contrario a las agujas del reloj. Si es necesario, repite el proceso para demás patas niveladoras.</p>
<p>AJUSTE DE RESISTENCIA</p>	<p>Ajusta la resistencia de la bicicleta, mediante perilla del freno. Para aumentar el nivel de resistencia, gira la perilla a la derecha (en sentido de agujas del reloj), para reducir el nivel de resistencia, gira la perilla a la izquierda (en sentido contrario a las agujas del reloj). Para parada de emergencia, pulsa la perilla del freno.</p>
<p>AJUSTE DEL SILLÍN</p>	<p>Una altura correcta del sillín aumenta la eficacia del ejercicio y reduce el riesgo de lesión. El ajuste del sillín hacia adelante o hacia atrás permite ejercitar diferentes zonas musculares.</p>

	<p>Colocar ambos pedales en posición vertical (uno encima del otro). Subir al sillín y colocar los pies sobre pedales. Asegurarse de que la pierna apoyada en pedal inferior está en posición comfortable. Si está demasiado doblada, izar el sillín. Si no puedes alcanzar el pedal o bien, tu pierna está excesivamente estirada, baja el sillín. Para ajustar la altura del sillín, aflojar la palanca de apriete inferior y bajar o izar el sillín hasta altura deseada. Asegurarse de que la palanca entra en el orificio correcto del soporte de sillín. No izar el soporte del sillín por encima del lugar marcado con STOP. Seguidamente, enroscar fuertemente la palanca, girando en sentido de agujas del reloj.</p> <p>Para ajustar la posición horizontal del sillín, aflojar la palanca de apriete superior y desplazar el sillín hasta posición deseada. Seguidamente, enroscar fuertemente la palanca, girando en sentido de agujas del reloj.</p>
AJUSTE DEL MANILLAR	<p>Para ajustar la altura del manillar, aflojar la palanca de apriete y bajar o izar el manillar hasta altura deseada. Asegurarse de que la palanca entra en el orificio correcto del soporte de manillar. Seguidamente, enroscar fuertemente la palanca, girando en sentido de agujas del reloj.</p> <p>Para ajustar la posición horizontal del manillar, aflojar la palanca de apriete y desplazar el manillar hasta posición deseada. Seguidamente, enroscar fuertemente la palanca, girando en sentido de agujas del reloj.</p>
AJUSTE DE RASTRALES DE PEDALES	<p>Colocar la parte frontal del pie en rastral, para que la punta de zapatilla esté bien insertada. Girar el pedal de tal forma que puedas alcanzarlo con la mano y tira de la correa de ajuste, hasta que la parte superior del rastral fije firmemente la zapatilla. Coloca la correa en la hebilla. Repita esta misma acción, para el rastral del otro pedal.</p>
BAJAR DE LA BICICLETA	<p>¡ATENCIÓN! No bajar de la bicicleta y no quitar pies de los pedales, hasta que éstos no se detengan completamente. Puedes frenar la patea de resistencia en cualquier momento, presionando la perilla del freno.</p>
DESPLAZAR LA BICICLETA	<p>Antes de desplazar la bicicleta, asegurarse de que el manillar está bien fijado y no hay holguras. Si hay holguras en manillar, enroscar fuertemente las palancas de apriete.</p> <p>Para desplazar la bicicleta, ponte delante del manillar. Agarra fuertemente ambos lados del manillar y coloca una pierna sobre soporte frontal. Inclina la bicicleta hacia sí mismo, hasta que las ruedas de transporte toquen el suelo. Una vez apoyadas las ruedas en el suelo, desplaza la bicicleta hasta la ubicación deseada. Seguidamente, baja la bicicleta con cuidado, asegurando con el pie el soporte frontal.</p>

ESQUEMA DE MONTAJE

¡ATENCIÓN! Queda prohibido usar repuestos diferentes a aquellos ofrecidos por el fabricante.

Núm.	Descripción	Cantidad
1	Bastidor principal	1
2	Soporte frontal	1
3	Tapón de soporte frontal	2
4	Tapón de soporte posterior	2
5	Pata niveladora	2
6	Tornillo de cierre M8x99	4
7	Arandela plana M8	6
8	Arandela de resorte M8	4
9	Tapa para tornillo	4
10	Tapa de nailon	2
11	Rueda	2
12	Soporte posterior	1
13	Tornillo allen M8x44	2
14	Tirafondo autoroscante para punta estrella	2
15 L/R	Pedal izquierdo / derecho	1/1
16	Palanca de apriete	3
17	Cilindro	1
18	Tubo	1
19	Soporte de sillín	1
20	Tapón de tubo	3
21	Collarín	4
22	Bloque en forma de V	1
23	Tornillo hexagonal de bloqueo	1
24	Tirafondo con cabeza hexagonal	2
25	Telescopio de manillar	1
26	Manillar	1
27	Palanca de apriete	1
28	Sillín	1
29 L/R	Biela izquierda / derecha	1/1
30	Tapa protectora	1
31	Perilla del freno	1
32	Arandela plana	1
33	Tirafondo hexagonal	2
34	Tornillo interior con cabezal hexagonal M10x20	2
35	Tirafondo con cabezal de estrella	2
36	Arandela plana	2
37	Soporte para bidón	1
38	Bidón	1
39	Cable del sensor	1
40	Ordenador	1
41	Tirafondo	4

MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

Realizar regularmente las tareas de mantenimiento del equipo. Realizar las tareas descritas a continuación, al menos cada 20 horas de trabajo del equipo.

- Controlar los elementos móviles del dispositivo. Si es necesario lubricarlos, usa grasa para rodamientos de bicicleta.
- Controlar estado de tornillos y tuercas. Deben estar bien apretadas.
- Limpia el sudor del dispositivo, después de cada entrenamiento. Evitar que la pantalla tenga contacto con agua o humedad.
- Limpiar el dispositivo solamente con agua y jabón. No usar productos de limpieza.
- Guardar el dispositivo en lugar seco y con temperatura estable.
- No exponer directamente a la luz solar.

ENTRENAMIENTO Y ETAPAS DE EJERCICIOS

El uso de este dispositivo resultará muy ventajoso para ti. Ante todo, mejorará tu estado físico, reforzará los músculos y permitirá quemar el exceso de grasa, si implementas también una dieta adecuada.

1. PRECALENTAMIENTO

Esta etapa mejora la circulación sanguínea en tu cuerpo y prepara los músculos para un ejercicio intenso. Reduce el riesgo de tirones y lesiones. Se recomienda realizar también unos ejercicios de estiramiento, según se indica a continuación. Si sientes dolor, deja de hacer ejercicio o reduce el rango del movimiento realizado.

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO

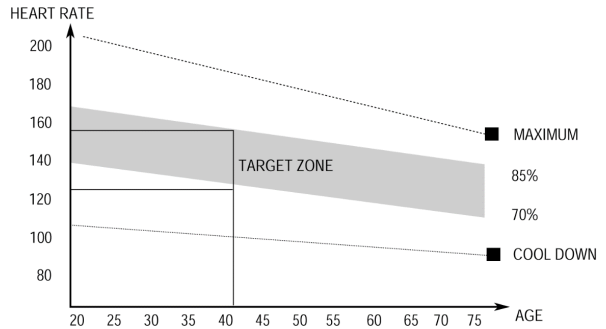
- **ESTIRAMIENTO DE MÚSCULOS INTERNOS DE MUSLOS.** Siéntate en superficie plana, con piernas dobladas y rodillas hacia afuera. Une las plantas de los pies y acércalos al cuerpo todo lo posible. Presiona suavemente las rodillas hacia el suelo y mantén en esta posición durante 15 segundos.
- **ESTIRAMIENTO DE MUSLOS.** Siéntate en superficie plana. Estira la pierna derecha y coloca la planta del pie izquierdo junto al muslo derecho. Estira el brazo derecho hacia los dedos de la pierna derecha. Procura llegar los más lejos que puedas. Aguanta durante 15 segundos. Repetir esta acción con la pierna izquierda.
- **GIROS DE CABEZA.** Mira de frente. No muevas los hombros y gira la cabeza a la derecha e izquierda. Vuelve a posición inicial.
- **ELEVACIÓN DE HOMBROS.** Estira el brazo izquierdo hacia arriba al máximo y mantenlo en esta posición unos segundos. Repetir esta acción con brazo derecho.
- **ESTIRAMIENTO DE TENDÓN DE AQUILES.** Ponte de cara a la pared, desplaza la pierna izquierda hacia adelante y dobla ligeramente la rodilla. Mantener la pierna derecha atrás - estirada, con talón apoyado en el suelo. Mantener ambos talones en el suelo, presionar la cadera hacia la pared. Mantener esta posición durante 30 segundos. Repetir esta acción con la pierna derecha adelantada. No doblar la espalda en arco, al hacer este ejercicio.
- **INCLINACIONES.** Estando de pie, junta las piernas. Haz una inclinación hacia adelante, tratando de acercar el pecho hacia las rodillas. Aguanta durante 15 segundos. No dobles las rodillas.

2. ETAPA DE EJERCICIOS

La etapa más intensa del entrenamiento. Haz ejercicio a tu ritmo, para alcanzar el ritmo adecuado a tu edad, indicado en el gráfico.

3. ETAPA DE RELACIÓN

Esta etapa permite calmar la circulación y relajar los músculos. Es una repetición de los ejercicios de precalentamiento. No esforzar excesivamente los músculos.



MANUAL DE USO DEL ORDENADOR

Antes de usar, quitar el plástico protector de la pantalla.

ORDENADOR (MODELO)

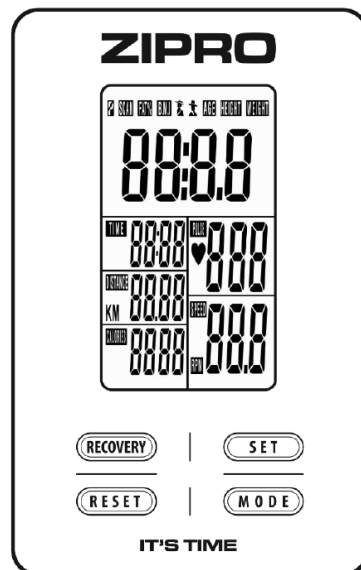
MRMSBIC05-GRN

AUTO ON/OFF

El ordenador se activa, cuando se pone en marcha el volante de inercia o bien, cuando se pulsa cualquier botón. En la El ordenador se apagará automáticamente, después de 4 minutos de inactividad.

DESCRIPCIÓN DE BOTONES:

- **SET** - permite ajustar el valor del parámetro.
- **MODE** - permite elegir parámetro.
- **RESET** - permite resetear inmediatamente el tiempo, distancia y calorías.
- **RECOVERY** - permite controlar tu nivel de rendimiento físico, constando el tiempo de recuperación de ritmo cardiaco de reposo, desde la parada del ejercicio.



FUNCIONES (ESPECIFICACIÓN)

SCAN	Presenta siguientes pantallas con parámetros de entrenamiento medidos.	Cada 6 segundos.
TIME	Cuenta el tiempo total de ejercicios, desde su inicio hasta el final	00:00-99:59 min
SPEED	Muestra la velocidad actual.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Cuenta la distancia recorrida desde el inicio hasta el final de ejercicios.	0,0-99,99 km
CALORIES	Cuenta la cantidad total de calorías quemadas desde el inicio hasta el final de ejercicios. (La medición es aproximada, para comprar diferentes sesiones de ejercicios y no puede ser utilizada en terapias).	0,0-9999 kcal
RPM	Muestra el ritmo de pedaleo (revoluciones por minuto).	0-999 RPM
PULSE	Muestras las pulsaciones actuales.	30-230 BPM

CONFIGURAR VALOR PARA CUENTA ATRÁS

- Pulsar **MODE** para configurar en pantalla el parámetro cuyo valor deseas alcanzar durante el entrenamiento: tiempo, distancia, cantidad de calorías, ritmo cardiaco.
- (En la pantalla debe aparecer solamente el parámetro, sin opción SCAN.)
- Pulsar varias veces el botón **SET**, para ajustar el valor deseado y confirmar con botón **MODE**.
- La cuenta atrás empezará al iniciar el pedaleo. En la pantalla aparecerá una flecha hacia abajo.
- El final de cuenta atrás o superación del valor configurado de pulsaciones se indica con una señal acústica.

PULSE RATE (RITMO CARDIACO)

¡ATENCIÓN! La medición de ritmo cardiaco se usa solamente con fines deportivos (se excluye uso médico).

- Pulsar botón **MODE** hasta que en pantalla aparezca **PULSE**.
- Colocar ambas manos en los sensores del manillar. Durante la medición, el ordenador mostrará el icono del corazón.
- Transcurridos 3 a 4 segundos, el ordenador mostrará el ritmo cardiaco actual.

FUNCIÓN RECOVERY

- Pulsar botón **RECOVERY** y colocar las manos en sensores de ritmo cardiaco. ¡ATENCIÓN! La función se activará solamente, si el ordenador detecta pulso cardiaco.
- En la pantalla del ordenador aparecerá (TIME) 1:00 (1 min) y empezará la cuenta atrás. No quitar las manos de los sensores de pulso, durante cuenta atrás.
- Una vez finalizada la cuenta atrás, el ordenador mostrará tu resultado dentro del rango F1-F6. Usar el cuadro, para conocer tu resultado.

F1	Excelente
F2	Muy bueno
F3	Bueno
F4	Suficiente
F5	Inferior a la media
F6	Insuficiente

- Pulsar otra vez botón **RECOVERY**, para volver al inicio.

CONEXIÓN BLUETOOTH CON APLICACIÓN MÓVIL

El ordenador es compatible con la aplicación IConsole+ Training.

Inicia el entrenamiento y disfruta de nuevas posibilidades:

- Descarga la aplicación.
- Conecta Bluetooth en tu dispositivo móvil.
- Activa la aplicación y elige el dispositivo ZIPRO que deseas conectar.
- Una vez que ZIPRO se conecte con la aplicación, el ordenador se desconecta y la pantalla apaga. Desde ahora, administrarás ZIPRO desde el dispositivo móvil.



Aplicación para iOS



Aplicación para Android

CONEXIÓN BLUETOOTH AL CINTURÓN DE RRHH

La bicicleta se conectará automáticamente al cinturón de FC si detecta un accesorio activo cerca. La medición del pulso y el uso de la función **RECOVERY** sólo son posibles con un cinturón pectoral.

POSIBLES DEFECTOS Y TÉCNICAS DE REPARACIÓN

¡ATENCIÓN! La apertura de la carcasa del dispositivo, sin consulta previa con el centro técnico del fabricante causará la pérdida de derechos de garantía. Si se sospecha o constata un defecto que requiera abrir la carcasa, ponerse en contacto con el centro técnico del fabricante.

Descripción del error	Posible causa	Solución
El dispositivo se balancea.	El dispositivo está colocado sobre superficie desigual. Hay un objeto bajo el soporte que altera el equilibrio.	Colocar el dispositivo sobre superficie plana. Ajustar patas niveladoras. Eliminar objeto que altera el equilibrio.
	Los soportes no han sido montados correctamente.	Montar correctamente los soportes de dispositivo. Nivelar el dispositivo con placas en soporte posterior.
	Las placas en soporte no han sido montadas correctamente y niveladas.	Montar correctamente el soporte del dispositivo. Nivelar placas en soporte.
El sillín o manillar se mueven.	Los tornillos y perillas del sillín y manillar no están apretados a tope.	Apretar tornillos y perilla del tubo de sillín o telescopio del manillar.
Ruido durante el uso.	Elementos apretados de forma incorrecta.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El funcionamiento del dispositivo puede generar ruidos de baja intensidad, debido al movimiento de la correa y volante inercia. Estos ruidos no afectan el funcionamiento del equipo. Los ruidos potenciales que se oyen al pedalear en sentido contrario se deben a la construcción técnica y no tienen efectos negativos.	
Ruido y trabajo no fluido.	Rodamientos defectuosos	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
No hay resistencia adecuada durante el entrenamiento.	Correa propulsora floja.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	Aumentó la distancia entre volante de inercia e imanes.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
Las informaciones en pantalla resultan poco visibles.	La pila del ordenador está agotada.	Cambiar pilas de pantalla.
El ordenador no reacciona al pedalear.	El cable del ordenador no está conectado correctamente.	Conectar correctamente el cable del ordenador.
	El cable del ordenador está roto/desgastado.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.

GARANTÍA

El Vendedor, actuando en nombre del Garante, otorga una garantía en el territorio de la República de Polonia, por un periodo de 24 meses desde la fecha de compra. La garantía que abarca la mercancía vendida no excluye, limita o suspende los derechos del Comprador indicados en la Ley de derechos del consumidor.

TARJETA DE GARANTÍA - Ver página 108.**CONDICIONES DE GARANTÍA**

1. Solamente los defectos ocultos, debidos al fabricante están sujetos a reclamaciones y cubiertos por la garantía.
2. La garantía será respetada por la tienda o taller técnico, si el cliente presenta:
 - una hoja de garantía correcta y claramente cumplimentada, con sello de venta y firma de vendedor,
 - comprobante de compra válido, con fecha de compra,
 - mercancía reclamada o componente defectuoso.

En caso de compra a distancia, la hoja de garantía será válida solamente en base al documento de compra (ticket de caja / factura).
3. Las reclamaciones serán gestionadas en un periodo de 14 días, desde la notificación de defecto por el Cliente.
4. Los defectos de fábrica y daños constatados en periodo de garantía, serán reparados de forma gratuita, en un periodo no superior a 21 días desde la fecha de entrega de mercancía a la tienda o taller técnico.
5. Si fuese necesario importar algún componente, el periodo de reparación en garantía puede prorrogarse el tiempo necesario para importar el componente, pero no más de 40 días.
6. La garantía no abarca:
 - fallos mecánicos y sus consecuencias,
 - defectos y fallos ocasionados por un uso indebido, almacenamiento incorrecto, montaje o mantenimiento incorrectos del dispositivo,
 - desgaste y consumo de elementos tales como: correas, cables, elementos de goma, pedales, agarres de espuma, rodamientos, ruedas, tapicería,
 - tareas de montaje o mantenimiento que el usuario debe realizar por su propia cuenta, según indica el manual de uso.
7. La garantía no se aplicará en siguientes casos:
 - una vez finalizado el periodo de vigencia,
 - si el cliente realiza reparaciones o modificaciones por su propia cuenta, usando componentes no originales,
 - el defecto ocurrido se debe al montaje incorrecto o bien, al incumplimiento de las normas de uso correcto indicadas en el manual de uso,
 - uso diferente al doméstico,
 - defectos ocasionados durante el transporte.
8. No se entregarán copias de la hoja de garantía.
9. Haciendo valer sus derechos de garantía, el cliente puede reclamar que siguientes acciones se realicen de forma gratuita:
 - se repare el producto,
 - se reemplace el producto,
 - se reduzca su precio,
 - se rescinda el contrato y se reintegren los costes.
10. Para notificar la reclamación, hay que:
 - a. Presentar el producto o componente reclamado.
 - b. Presentar el comprobante de compra que indique nombre y dirección del establecimiento vendedor, fecha y lugar de compra, tipo de producto u hoja de garantía válida con sello de la tienda.
 - c. Si el producto se entrega sucio, el taller puede negarse a recibirlo o bien, limpiar el producto repercutiendo los costes al cliente, previo consentimiento por escrito.
11. Si la reclamación se gestiona de forma positiva, el equipo será reparado o sustituido por nuevo o bien, el cliente recibirá el reintegro del dinero. El coste de transporte de la mercancía al cliente será liquidado por el taller técnico.
12. Si la reclamación en garantía resulte rechazada, el cliente recibirá los fundamentos detallados de tal decisión y en un periodo de 14 días desde la entrega de la decisión, el equipo será enviado al cliente por su cuenta.

PL	Kod EAN	Nazwa artykułu	Data sprzedaży
EN	EAN code	Product name	Date of sale
DE	EAN-Code	Artikelname	Datum des Verkaufs
RU	Код EAN	Наименование продукта	Дата продажи
RO	Cod EAN	Numele produsului	Data vânzării
LT	EAN kodas	Gaminio pavadinimas	Pardavimo data
CZ	Kód EAN	Název zboží	Datum prodeje
SK	Kód EAN	Názov tovaru	Dátum predaja
HU	EAN kód	Cikkszám	Értékesítés dátuma
BG	EAN код	Име на артикул	Дата на продажба
FR	Code EAN	Nom de l'article	Date de vente
IT	Codice EAN	Nome dell'articolo	Data di vendita
ES	Código EAN	Nombre de producto	Fecha de venta
PL	Pieczęćka i podpis sprzedawcy (Nie dotyczy w przypadku zakupu na odległość. Patrz Warunki gwarancji pkt.2)		
EN	Stamp and signature of the seller (Not applicable to remote purchases. See Warranty Terms and Conditions, section 2)		
DE	Stempel und Unterschrift des Verkäufers (Nicht anwendbar im Fall des Fernkaufs. Siehe Garantiebedingungen Punkt 2)		
RU	Печать и подпись продавца (Не относится к случаю дистанционной покупки. См. Гарантийные условия п.2)		
RO	Data și semnătura comerciantului (Nu se aplică în caz de achiziție la distanță. Vezi Condiții de garanție pct.2)		
LT	Pardavėjo antspaudas ir parašas (Netaikoma, jeigu įrenginys įsigytas internetinėje parduotuvėje. Žr. „Garantijos sąlygos“, 2 pkt.)		
CZ	Razítko a podpis prodejce (Netýká se v případě nákupu na dálku. Viz záruční podmínky bod 2)		
SK	Pečiatka a podpis predajcu (Netýka sa v prípade nákupu na diaľku. Pozri záručné podmienky bod 2)		
HU	Eladó bélyegzője és aláírása (Ez nem vonatkozik a nem személyesen történő vásárlásra. Lásd a Garanciális feltételek 2. pontját)		
BG	Печат и подпис на продавача (Неприложимо при покупка от разстояние. Вижте Гаранционните условия т. 2)		
FR	Cachet et signature du vendeur (Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2)		
IT	Timbro e firma del venditore (Non applicabile in caso di acquisto a distanza. Vedi le Condizioni di garanzia punto 2)		
ES	Sello y firma del vendedor (No aplica en caso de compra remota). Ver Condiciones de garantía pto. 2)		

- PL Informacja dotycząca zakupionego sprzętu wprowadzonego na terytorium kraju przez Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polska. UŻYTKOWANIE NIEZGODNE Z PRZEZNACZENIEM PRODUKTU ORAZ WARUNKAMI GWARANCJI POWODUJE JEJ UTRATĘ.
- EN Information about the purchased equipment imported by Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland. ANY USE AT VARIANCE WITH THE INTENDED USE AND TERMS AND CONDITIONS OF WARRANTY VOID THE WARRANTY.
- DE Informationen über erworbenes Gerät, das von Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen, in das polnische Staatsgebiet importiert wurde. DIE NUTZUNG DES PRODUKTS ENTGEGEN DEN NUTZUNGSBESTIMMUNGEN UND ENTGEGEN DEN GARANTIEBEDINGUNGEN FÜHRT ZUM VERLUST DER GARANTIE.
- RU Информация о приобретенном оборудовании, ввезенном в страну компанией ООО Morele.net, др. Яна Павла II 43б, 31-864 Краков, Польша. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОДУКТА НЕ ПО НАЗНАЧЕНИЮ И НЕ В СООТВЕТСТВИИ С ГАРАНТИЙНЫМИ УСЛОВИЯМИ ПРИВОДИТ К ПОТЕРЕ ГАРАНТИИ.
- RO Informația privitoare la echipamentul cumpărat introdus pe piața națională de către Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia. UTILIZAREA ÎN MOD NECONFORM CU DESTINAȚIA PRODUSULUI ȘI A PREVEDERILOR GARANȚIEI DUCEREA LA PIERDEREA GARANȚIEI.
- LT Informacija liečia įrenginį, kurį į šalies rinką įvedė bendrovė „Morele.net Sp. z o.o.“, įsikūrusi adresu al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krokava, Lenkija. GARANTIJA NEBUS TAİKOMA, JEIGU GAMINYS BUS NAUDOJAMAS NE PAGAL PASKIRTĮ ARBA NESILAİKANT GARANTIJOS SĄLYGŲ.
- CZ Informace týkající se koupeného zařízení přivezeného na území státu prostřednictvím společnosti Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Polsko. POUŽÍVÁNÍ V ROZPORU S URČENÍM VÝROBKU NEBO ZÁRUČNÍMI PODMÍNKAMI ZPŮSOBUJE ZTRÁTU ZÁRUKY.
- SK Informácie týkajúce sa kúpeného zariadenia privezeného na územie štátu prostredníctvom spoločnosti Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poľsko. POUŽÍVANIE V ROZPORE S URČENÍM VÝROBKU ALEBO ZÁRUČNÝMI PODMIENKAMI SPÔSOBUJE STRATU ZÁRUKY.
- HU Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakó, Lengyelország vállalat által forgalomba hozott, megvásárolt termékkel kapcsolatos információ. AZ ESZKÖZ RENDELTELTÉTŐL ÉS GARANCIÁLIS FELTÉTELEKBEN FOGLALTAKTÓL ELTÉRŐ HASZNÁLATA A GARANCIA ELVESZTÉSÉT EREDMÉNYEZI.
- BG Информацията се отнася за закупеното оборудване, издадено на територията на страната от Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Краков, Полша. ИЗПОЛЗВАНЕ, КОЕТО Е НЕСЪВМЕСТИМО С ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕТО НА ПРОДУКТА И УСЛОВИЯТА НА ГАРАНЦИЯТА, ВОДИ ДО ЗАГУБА НА ГАРАНЦИЯТА.
- FR Informations sur l'équipement acheté et introduit dans le pays par Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovie, Pologne. TOUTE UTILISATION CONTRAIRE À L'USAGE PRÉVU DU PRODUIT ET AUX CONDITIONS DE LA GARANTIE ENTRAÎNE L'ANNULATION DE CETTE DERNIÈRE.
- IT Informazioni riguardanti le attrezzature acquistate introdotte nel territorio del paese da Morele.net Sp. z o.o., al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia. QUALSIASI USO CONTRARIO ALL'USO PREVISTO DEL PRODOTTO E AI TERMINI DELLA GARANZIA ANNULLA LA GARANZIA.
- ES Información relativa al equipo comprado, importado al territorio nacional por Morele.net Sp. z o.o. (S.L) al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia. EL USO INCORRECTO, INDEBIDO O CONTRARIO CON LA FINALIDAD PREVISTA O CONDICIONES DE GARANTÍA ANULA LA VIGENCIA DE LA MISMA.

PL CENTRUM SERWISOWE
EN TECHNICAL SERVICE CENTRE
DE SERVICECENTRUM
RU СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР
RO CENTRU SERVICE
LT SERVISAS
CZ SERVISNÍ CENTRUM
SK SERVISNÉ STREDISKO
HU SZERVIZ KÖZPONT
BG СЕРВИЗЕН ЦЕНТЪР
FR CENTRE DE SERVICE
IT CENTRO SERVIZI
ES CENTRO TÉCNICO

Wieżska 166, 41-216 Sosnowiec, Poland

PRODUCENT
MANUFACTURER
HERSTELLER
ПРОИЗВОДИТЕЛЬ
PRODUCĂTOR
GAMINTOJAS
VÝROBCE
VÝROBCA
GYÁRTÓ
ПРОИЗВОДИТЕЛ
FABRICANT
FABBRICANTE
FABRICANTE

Morele.net Sp. z o.o.
al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Poland
NIP (Tax ID) 9451972201
KRS (National Court Register) 0000390511

Wyprodukowano w Chinach
Made in China
Hergestellt in China
Сделано в Китае
Fabricat în China
Pagaminta Kinijoje
Vyrobeno v Číně
Vyrobené v Číne
Kínában gyártott
Произведено в Китае
Fabriqué en Chine
Fatto in Cina
Fabricado en China

