

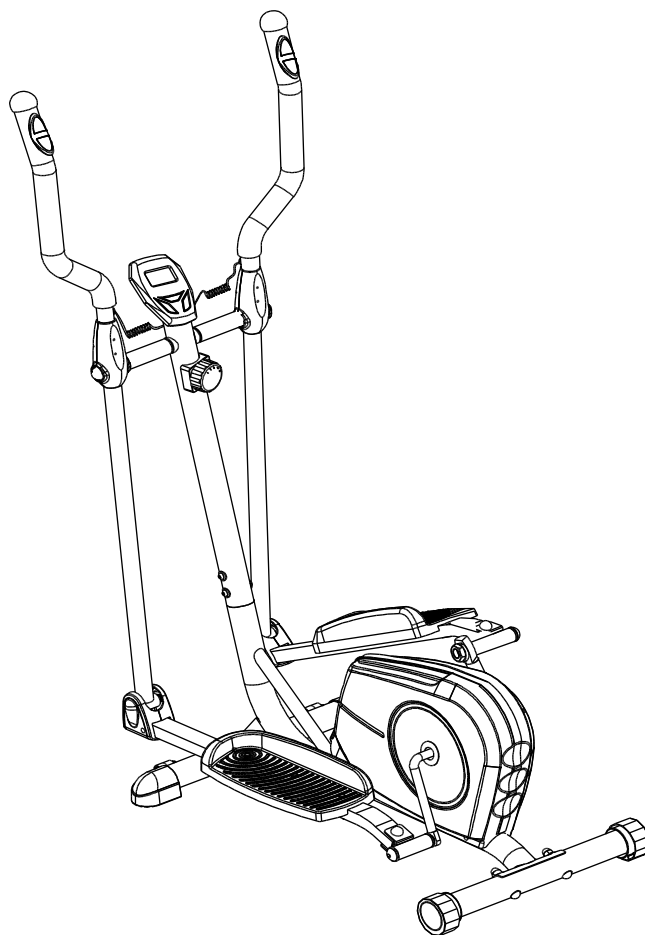
Basic

Magnetický eliptický Trenažér

Příručka

Item Číslo.: 1006

SPARTAN[®]
SPORT



Specifikace tohoto výrobku se může lišit od fotografie a podléhá změnám bez předchozího upozornění.

Obsah

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
NÁVOD	4
PROVOZ POČÍTAČE	5
SEZNAM DÍLŮ	6-8
SEZNAM ŽELEZÁŘSKÉHO ZBOŽÍ	9
PŘEHLED NÁKRESU	10
MONTÁŽNÍ NÁVOD	11-12
ÚDRŽBA	13
ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ	13-14

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Základní bezpečnostní opatření by měly být vždy dodrženy, včetně následující bezpečnostní pokyny při používání tohoto zařízení. Přečtěte si všechny pokyny před použitím tohoto zařízení.

1. Přečtěte si všechny pokyny v této příručce a udělejte zahřívací cvičení před použitím tohoto zařízení.
2. Před cvičením, aby se zabránilo poranění svalů, je nezbytné rozehrát se. Obvyklá praxe doporučuje rozehrání a ochlazení. Po cvičení je také relaxace těla nutná, proto navrhujeme cvičení k ochlazení.
3. Před použitím se dobře ujistěte, zda všechny díly nejsou poškozeny a zda jsou pevné. Toto zařízení při použití by mělo být umístěno na rovném povrchu. Doporučuje se, použití rohože nebo jiného krycího materiálu na zemi.
4. Při používání tohoto zařízení noste správné oblečení a obuv, nenoste oblečení, které by mohlo zachytit jakoukoli část vybavení.
5. Nepokoušejte se jakékoliv údržby nebo úpravy, jiné než popsané v tomto návodu. Kdyby stě měli nějaký problém, přerušete používání a poraďte se s autorizovaným servisem.
6. Buďte opatrní při kroku na pedál, nejprve se držte řídicího. Pedál na vaší straně musí být v nejnižší poloze, udelejte krok na pedál, a potom krok za krokem, aby pedály běželi hladce, musíte tlačit nebo táhnout řídicí. Pak spusťte zařízení, aby pravidelně nastala spolupráce rukou a nohou. Po cvičení nechejte také pedál v nejnižší poloze.
7. Tohleto zařízení nepoužívejte v přírodě.
8. Tohleto vybavení je pouze pro domácí použití.
9. Jenom jedna osoba by měla být na zařízení během používání.
10. Během používání tohoto zařízení, držte děti a domácí zvířata mimo dosah. Tento přístroj je určen pouze pro dospělé. Minimální volný prostor pro bezpečný provoz, který se vyžaduje, nesmí být menší než dva metry.
11. Pokud máte špatný pocit, silné bolesti na hrudi, nevolnost, závratě nebo dušnost, měli by stě ihned ukončit trénink. Dříve než budete pokračovat, konzultujte se, se svým lékařem.

12. Maximální nosnost pro tento produkt je **110kg**.

UPOZORNĚNÍ:

Před zahájením jakéhokoli cvičebního programu se poraďte s lékařem. To je důležité zejména pro osoby, které jsou starší 35 let nebo, kteří mají existující zdravotní problémy. Přečtěte si všechny pokyny před použitím jakéhokoli fitness vybavení.

POZOR:

Přečtěte si všechny instrukce pozorně před používáním tohoto produktu. Uchovejte tento návod k obsluze pro pozdější použití.

NÁVOD

1. Obsluhujte přístroj dle vlastních podmínek.
2. Nastavte napětí ovládacího knoflíku:
Pro zvýšení zátěže, otočte napětí ovládacího knoflíku, ve směru hodinových ručiček.
Chcete-li snížit zatížení, otočte napětí ovládacího knoflíku proti směru hodinových ručiček.
3. Nastavte zadní stabilizátor.koncovku :
Otočte zadní stabilizátor. koncovku na zadním stabilizátoru do potřebné úrovně.

PROVOZ POČÍTAČE

Jak nainstalovat baterii:

- 1.Odstraňte kryt pro baterie na zadní straně počítače.
- 2.Vsadte dvě "SIZE-AA" nebo "UM-3" baterie do pouzdra.
3. Ujistěte se, zda jsou baterie správně umístěny a pružiny baterie jsou v těsném kontaktu s bateriemi.
4. Znovu nainstalujte kryt baterie.
5. Jestli je displej nečitelný nebo objeví se pouze dílčí segmenty, vyjměte baterie a počkejte 15 sekund před reinstalací.
6. Odstraněním baterie se vymaže paměť počítače.



FUNKCE A OPERACE POČÍTAČE:

AUTO ON /OFF: Když začnete vykonávat cvičení a stisknete tlačítko MODE na počítači, počítač se zapne. Ponecháte-li zařízení po dobu 4 minut stát, napojení se automaticky vypne.

SCAN: Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na SCAN, počítač automaticky skenuje všechny funkce každých 5 sekund.

TIME (Čas): Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na TIME (Čas), počítač zobrazí váš čas uplynulého tréninku v minutách a v vteřinách.

SPEED (Rychlost): Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na SPEED (Rychlost), počítač zobrazí aktuální rychlost přípravy.

CAL (Kalorie): Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na CAL (Kalorie), na počítači se zobrazí celková doba spálených kalorií během tréninku.

♥ **PULSE (PULS):** Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na PULSE (Puls), a pak držte obě dvě ruce na rukojeti snímače, na displeji se zobrazí vaše aktuální údaje srdeční frekvence a symbol srdce. Při pokusu otestovat své tepové frekvence, a pro zajištění přesnějšího odečtu pulsu, držte vždy řídítka uchopením snímače s oběma rukama, ne jen s jednou rukou.

DIST (Vzdálenost): Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na DIST (Vzdálenost), počítač zobrazí akumulaci vzdálenost ujetou během tréninku.

ODO (Tachometr): Stiskněte tlačítko MODE, dokud šipka ukazuje na ODO, počítač zobrazí celkovou akumulaci vzdálenost.

RESET: Stiskněte tlačítko MODE déle než 4 sekundy, budou všechny funkční hodnoty vráceny zpět na nulu, kromě funkce ODO.

SEZNAM DÍLŮ

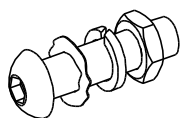
Čís.	Popis	Ks	Čís.	Popis	Ks
001	Hlavní rám Ø50x1.8	1	026	Šroub M8x50	2
002L	Tyč levé nohy 40x20x1.5	1	027	Nylon.matice M6	8
002R	Tyč pravé nohy 40x20x1.5	1	028	Podložka Ø6	6
003L	Levé držadl. rameno Ø32x1.5	1	029	Šroub M6x40	6
003R	Pravé držadl. rameno Ø32x1.5	1	030	Napětí kabelu L=1600	1
004L	Levé držadlo Ø32x1.5	1	031	Víčko S13	2
004R	Pravé držadlo Ø32x1.5	1	032	Šroub ST4.2x25	8
005	Přední tyč Ø50x1.5	1	033L	Kryt-A na pedál. tyč	2
006	Drát konektoru Ø12.1	2	033R	Kryt-B na pedál. tyč	2
007	Šroub M6x10	1	034	Velká podložka Ø26xØ8x2	2
008	Šroub ST2.9x10	2	035	Šroub Ø15.8x62.5	2
009	Šroub se šestihrannou hlavou M8x20	1	036	Levý pedal 395x150x65	1
010	Přední stabilizátor Ø50x1.5	1	037	Pravý pedal 395x150x65	1
011	Zadní stabilizátor Ø50x1.5	1	038	Přední koncovka stabilizat. Ø50	2
012	Šroub M10x57	4	039	Šroub M6x48	2
013	Zadní stabilizátor. koncovka Ø50x1.5	2	040	Přepravní kola Ø23xØ6x32	2
014	Velká zvlněn. podložka Ø10	4	041	Šroub M8x16	6
015	Víčko matice M10	4	042	Zvlněná podložka Ø20xØ8	6
016L	Šroub pro držák U-tvar levý 1/2"	1	043	Šroub M10x18	2
016R	Šroub pro držák U-tvar pravý 1/2"	1	044	Pružná podložka Ø18xØ10x2	2
017L	Levá nylon. matice 1/2"	1	045	Podložka Ø28x5	2
017R	Pravá nylon. matice 1/2"	1	046	Kovové pouzdro Ø33xØ29xØ16x14x4	4
018	Vlnitá podložka Ø28xØ17x0.3	2	047	Šroub M6x35	4
019	Kovové pouzdro Ø29xØ16x14	8	048	Zvlněná Podložka Ø6	4
020	Pružná podložka Ø20	2	049	Víčko S16	2
021	Ložisko 6000 2Z	2	050	Víčko matice M6	4
022	Podložka 7/8"	1	051	Plastové pouzdro Ø32xØ16x5xØ50	2

023	Držák U-tvaru	2	052L	Levý kryt-A pro rameno držadla	1
024	Nylonová matice M8	2	052R	Pravý kryt-A pro rameno držadla	1
025	Podložka Ø16xØ8x1.5	3	053L	Levý kryt-B pro držadlo ramene	1

SEZNAM DÍLŮ

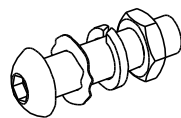
Čís.	Popis	Ks	Čís.	Popis	Ks
053R	Pravý kryt-B na držadlo ramene	1	073	Kuličkové ložisko	2
054	Ovládací knoflík napětí 0325-BC66501-0101	1	074	Náprava objímky I 15/16"	1
055	Šroub ST2.9x12	8	075	Náprava objímky II 7/8"	1
056	Počítač (JVT29104)	1	076	Podložka 15/16"	1
057	Šroub M5x12	4	077	Šestihranná matice 7/8"	1
058	Ruční snímač pulsu	2	078	Řemenice s klikou Ø260	1
059	Držadlo - pěnové rukojetí Ø31xØ37x480	2	079	Kovové pouzdro Ø18xØ8.5	4
060	Pružná podložka Ø8	6	080	M10x1 - Matice pro setrvačnick	2
061	Koncovka držadla Ø32x1.5	2	081	Setrvačnick Ø230x40x32	1
062	Pružinový drát ručního snímače pulsu	2	082	Řemen PJ330 J6	1
063	Šroub ST4.2x20	2	083	Držák kola	1
064	Podložka pro ovládací knoflík napětí Ø20xØ5.2	1	084	Šroub M8x20	2
065	Šroub pro ovládací knoflík napětí M5x25	1	085	Nastavitelný šroub M6x36	2
066	Phillips - závitorezné šrouby ST4.2x25	8	086	U - podpěra	2
067	Kabel senzoru I L=1100	1	087	Pružná podložka Ø6	2
068	Kabel senzoru II L=950	1	088	Matice M6	2
069	Drát ručního snímače pulsu L=750	2	089	Šroub M8x10	1
070	Levý kryt 540x366x74	1	090	Víčko Ø50x1.2t	1
071	Pravý kryt 540x366x78	1	091	Víčko Ø50x10t	1
072	Náprava kola	2	092	Velká podložka Ø10	2

SEZNAM ŽELEZÁŘSKÉHO ZBOŽÍ



(16R) Šroub pro U-tvar držáku
pravý 1/2"

1 ks



(16L) Šroub pro U-tvar držáku levý 1/2"

1 ks

(17R) Pravá nylon.matice 1/2"

1 ks

(17L) Levá nylon.matice 1/2"

1 ks

(18) Podložka

(18) Podložka

Ø 28xØ 17x0.3

1 ks

Ø 28xØ 17x0.3

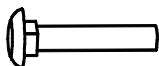
1ks

(20) Pružná podložka Ø20

1 ks

(20) Pružná podložka Ø 20

1 ks



(12) M10x57
Šroub 4ks

4 PCS



(14) Velká
zvlněná
podložka Ø10

4 ks



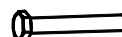
(15) Víčko matice
M10
4 ks



(27) Nylon.matice
M6 8 ks



(28)
Podložka Ø6
6 ks



(29) Šroub
M6x40 6 ks



(31)
Víčko S13
2 ks



(47) Šroub
M6x35 4ks



(48) Zvlněná podložka
Ø6 4 ks



(49)
Víčko S16
2 ks



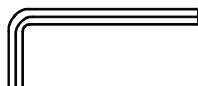
(50) Víčko
matice M6
4 ks



(55) Šroub ST2.9x12
8 ks



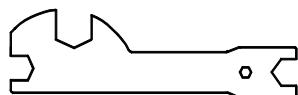
(66) Phillips závitovězný
Šroub ST4.2x25
4 ks



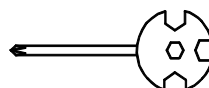
Klíč 8mm
1 ks



Klíč 6mm
1 ks

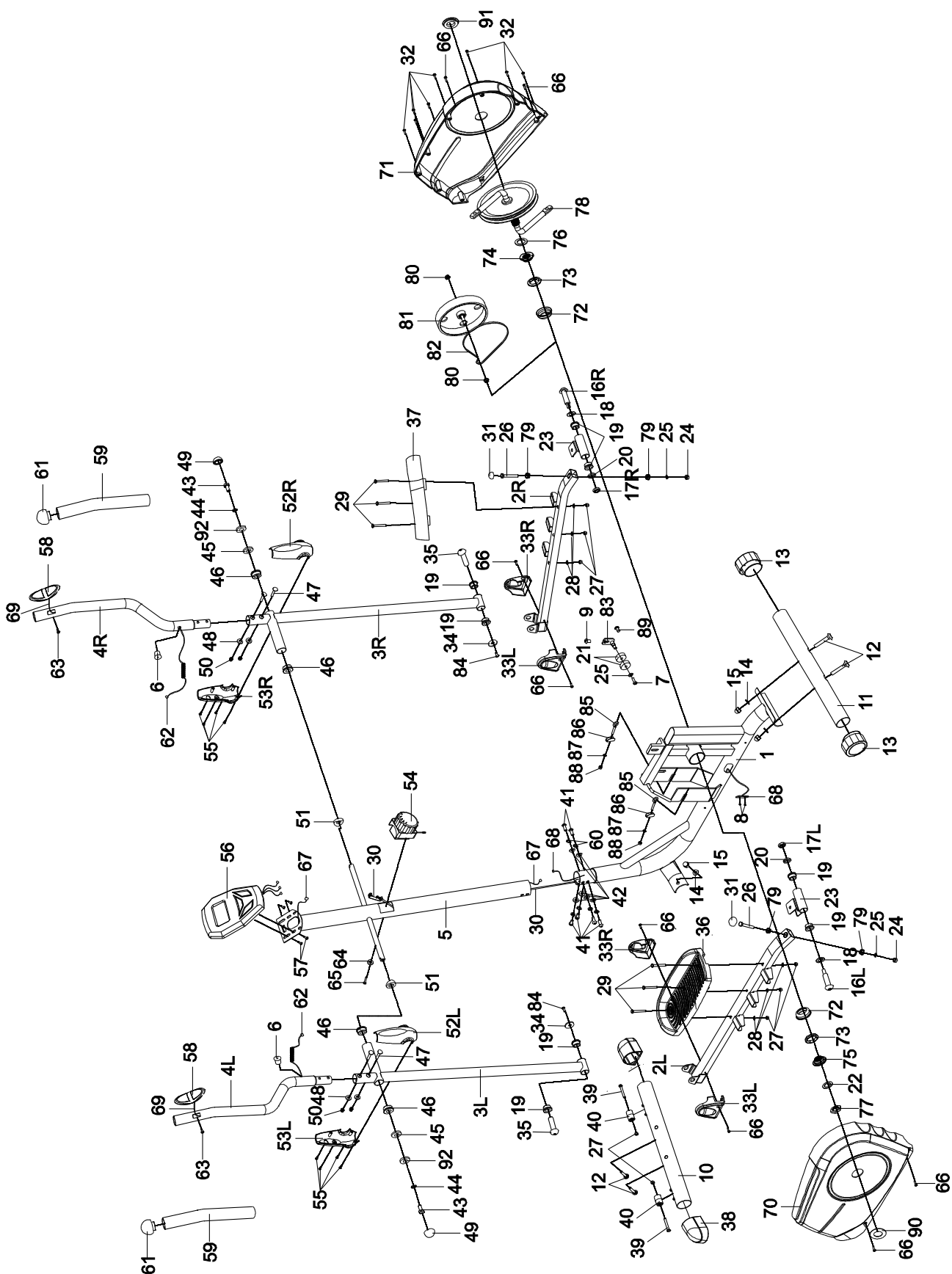


Klíč
1 ks



Klíč/Šroubovák S8,
S13, S14, S15
1 ks

PŘEHLED NÁKRESU

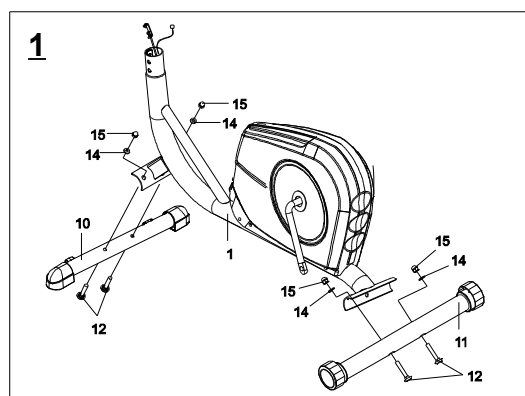


MONTÁŽNÍ NÁVOD

1. Nainstalujte přední / zadní stabilizátory.

Připevněte přední stabilizační tyč (10) na přední poltyč hlavního rámu (1) se dvěma šrouby M10x57 (12), Ø10 s velkou zvlněnou podložkou (14), a víčkem matice M10 (15).

Připevněte zadní stabilizátor (11) na zadní poltyč hlavního rámu (1) se dvěma šrouby M10x57 (12), s Ø10 velkou zvlněnou podložku (14), a víčkem matice M10 (15).



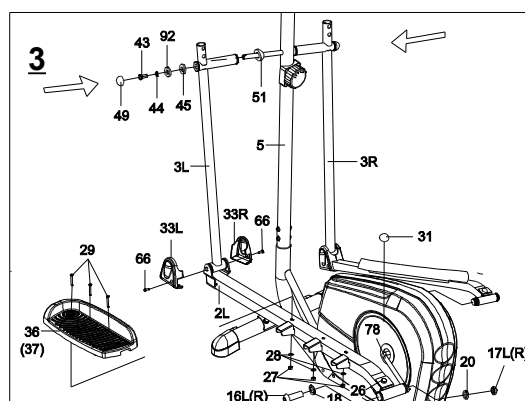
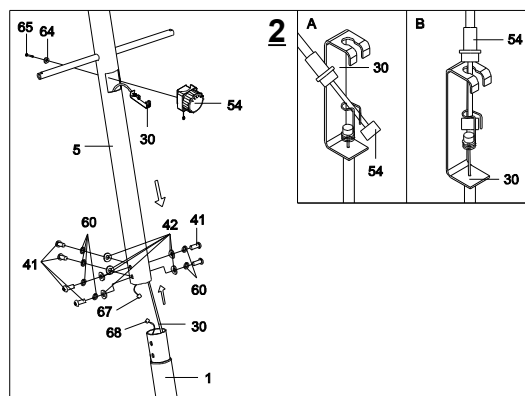
2. Nainstalujte přední tyč a napínací kolečko ovládání.

Odstraňte šest šroubů M8x16 (41), Ø8 pružní podložku (60), a Ø20xØ8 pružní podložku (42) z trubky hlavního rámu (1). Vložte napětí kabelu (30) prostřednictvím do dna otvoru přední tyče (5) a vytáhněte ji ze čtvercového otvoru z přední tyče (5). Připojte kabel senzoru II (68) z hlavního rámu (1) na kabel senzoru I (67) z přední tyče (5).

Vlož přední tyč (5) na trubku hlavního rámu (1) a zajistěte šrouby M8x16(41), Ø8 pružní podložkou (60), a Ø20xØ8 pružní podložkou (42) které byly dříve odstraněny.

Odstraňte Ø20xØ5.2 pružnou podložku pro napínací kolečko ovládání (64) a M5x25 šroub na napínací kolečko ovládání (65) z napětí kolečka ovládání (54).

Dejte konec kabelu odporu šoupátkem ovládání (54) do karabinky napětí kabelu (30) jak je znázorněno na výkresu na obr. 2. Vytáhněte odolnost kabelu napětí šoupátkem ovládání (54) do mezery kovového držáku napětí kabelu (30) jak je znázorněno na výkresu B na obrázku 2. Připojte ovládací knoflík napětí(54) na přední tyči (5) s Ø20xØ5.2



pružní podložkou pro napínací kolečko ovládání (64) a M5x25 šrouby na napínací kolečko ovládání (65), které byly dříve odstraněny.

3. Nainstalujte pravé / levé držd. rameno, pravú / levú nožní tyč, pravý / levý pedál a kryty-A/B pro pedálovou tyčí.

Odstraňte dva šrouby M10x18 (43), Ø18xØ10x2 pružní podložku (44), Ø10 velkou podložku (92), a Ø28x5 podložku (45) z levé a pravé vodorovné osy přední tyčí (5). Poté připojte levice paže držd. (3L) na levou vodorovnou os přední tyčí (5) se šroubem M10x18 (43), Ø18xØ10x2 pružní podložkou (44), Ø10 velkou podložkou (92), a Ø28x5 podložkou (45), které byly dříve odstraněny. Nainstalujte S16 víčko (49) na šroub M10x18 (43). Připojte levý držák U-tvaru (23) do levé kliky (78) s jedním 1/2" levým šroubem držáku U-tvaru (16L), Ø28xØ17x0.3 s vlnitou podložkou (18), Ø20 pružní podložkou (20), a 1/2" levou nylonovou maticí (17L). Nainstalujte S13 víčko (31) na šroub M8x50 (26).

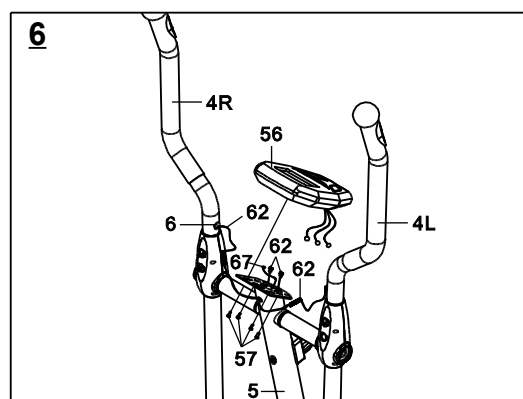
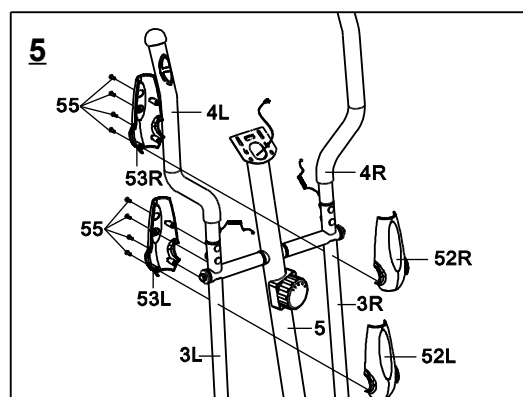
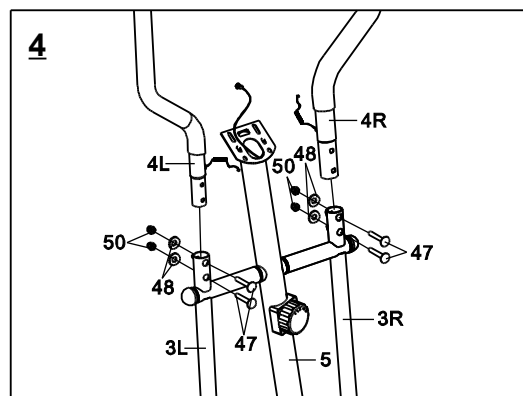
Poznámka:

1/2" levý šroub pro držák U-tvaru (16L) a 1/2" pravý šroub pro držák U-tvaru (16R) jsou označeny "L" a "R".

Připojte levou nohu pedálu (36) na levé pedálové tyčí (2L) se třemi šrouby M6x40 (29), podložkou Ø6 (28) a nylonovou maticí M6 (27). Připojte kryty-A / B na pedálovou tyčí (33L, 33R) na levé noze tyče (2L) se dvěma šrouby ST4.2x25.

Phillips závitořezné šrouby (66).

Opakujte výše uvedený krok k upevnění pravého držd. rameno (3R) na pravé straně vodorovné osy přední tyčí (5) na pravém držáku U-tvaru(23) na



pravé klike (78).

4. Nasazení pravého a levého držadla.

Připevněte vpravo / vlevo madla (4R, 4L) na pravém / levém ramene držadla (3R, 3L) se čtyřmi šrouby M6x35 (47), křivou podložkou Ø6 (48) a víčkem matice M6 (50).

5. Nainstalujte levé/pravé kryty-A/B na držadlové ramena.

Připevněte levé rameno držadla kryt-A (52L) a levé rameno držadla kryt-B (53L) na paže levice držadla (3L) se čtyřmi šrouby ST2.9x12 (55).

6. Instalace počítače

Odstraňte čtyři šrouby M5x12 (57) ze zadní části počítače (56).

Vložte ruční snímač pulsů s pružným drátem (62) z pravého / levého madla (4R, 4L) do otvoru na přední tyčí (5) a vytáhněte je z horního konce přední tyče (3).

Připojte kabel senzoru I (67) a ruční snímač pulsů - pružinový drát (62) na dráty, které pocházejí z počítače (56) a připojte počítač (56) na horní konec přední tyčí (5) se čtyřmi šrouby M5x12 (57), které byly dříve odstraněny.

ÚDRŽBA

Čištění:

Eliptický trenažér lze čistit měkkým hadříkem a jemným čisticím prostředkem. Nepoužívejte brusní prostředky nebo rozpouštědla na plastových částech. Prosím, otřete si pot z kola po každém použití. Dbejte na to, zda by stě nedostali nadměrnou vlhkost na panelu obrazovce počítače, protože to může způsobit úraz elektrickým proudem nebo selhání elektroniky. Prosím, mějte eliptický trenažér zvláště. Počítač mějte mimo dosah přímého slunečního záření, aby se zabránilo poškození obrazovky.

Každý týden zkontrolujte všechny šrouby a pedály na stroji, pro správnou těsnost.

Skladování:

Skladujte eliptický trenažér v čistém a suchém prostředí mimo dosah dětí.

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

PROBLÉM: Eliptický trenažér kolébá při používání.

ŘEŠENÍ: Buď z důvodu není na úrovni, nebo je malý objekt v rámci zařízení. Je možné, že zadní stabilizátor není správně nastaven. Otočte zadní stabilizátor. koncovku na zadním stabilizátoru do potřebné úrovně.

PROBLÉM: Neexistuje žádný zobrazení na počítačové konzole.

ŘEŠENÍ: Vyjměte kryt na počítačové konzole a ověřte dráty, které přicházejí z počítačové konzoly, zkontrolujte, zda jsou správně připojeny k drátům, které přicházejí z předního místa.

ŘEŠENÍ: Zkontrolujte, zda jsou baterie správně umístěné, a pružiny baterie zda jsou v těsném kontaktu s bateriemi.

ŘEŠENÍ: Baterie v počítačové konzole může být prázdná. Změňte za nové baterie.

PROBLÉM: Není tam žádná srdeční frekvence čtení nebo srdeční frekvence čtení je nevypočitatelná nebo nekonzistentní.

ŘEŠENÍ: Ujistěte se, že spoje pro snímače ručního pulsu jsou bezpeční.

ŘEŠENÍ: Pro zajištění přesnějšího odpočtu pulsu, vždy držte rukojeti snímače s oběma rukama, ne jen s jednou rukou, když se pokusíte vyzkoušet tepové frekvence své postavy.

ŘEŠENÍ: Uchycení čidla ručního pulsu je příliš těsné. Snažte se udržovat mírný tlak, zatímco se drží senzory ručního pulsu.

PROBLÉM: Eliptický trenažér má pískaví hluk při používání.

ŘEŠENÍ: Na eliptickém trenažéru může být uvolněn šroub. Prosím zkontrolujte všechny šrouby a utáhněte uvolněné šrouby.

PROBLÉM: Žádný odpor při šlapání

ŘEŠENÍ: Důvod: ► Řemen je sesunut / otevřete schránku a nasadte jej

► Ložiska jsou poškozené / změňte ložiska za nové