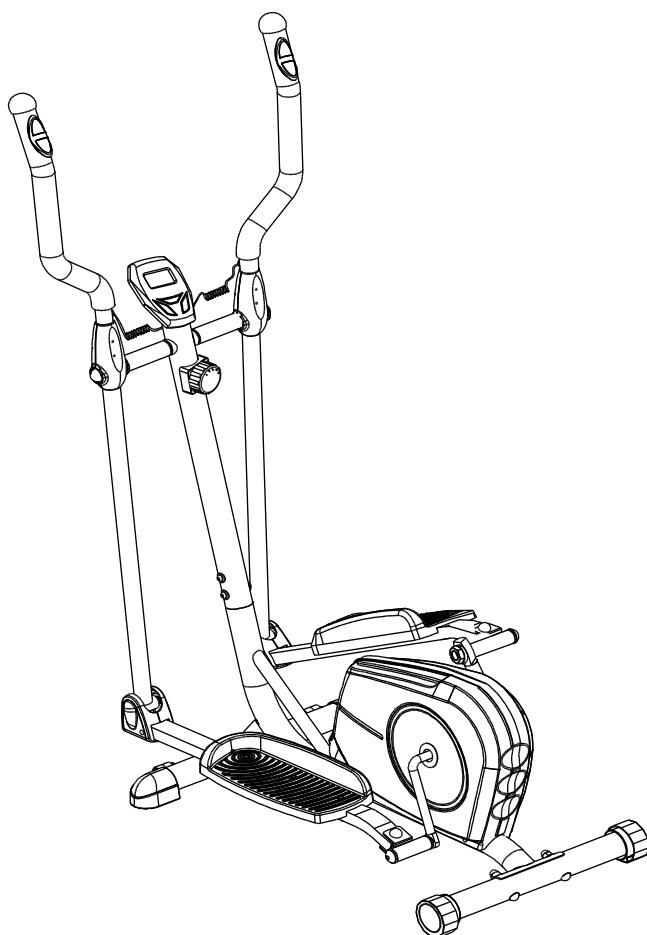


Magnetický eliptický Trenažér
průručka
Item Číslo.: 1006
SK

SPARTAN[®]
SPORT



Špecifikácia tohto výrobku sa môže líšiť od fotografie a podlieha zmenám bez predchádzajúceho upozornenia.

Obsah

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
NÁVOD	4
PREVÁDZKA POČÍTAČE	5
ZOZNAM DIELOV.....	6-8
ZOZNAM železiarskeho tovaru....	9
PREHĽAD nákresov.....	10
MONTÁŽNY NÁVOD.....	11-12
ÚDRŽBA	13
RIEŠENIE PROBLÉMOV.....	13-14

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Základné bezpečnostné opatrenia by mali byť vždy dodržané, vrátane nasledujúcich bezpečnostných pokynov pri používaní tohto zariadenia. Prečítajte si všetky pokyny pred použitím tohto zariadenia.

1. Prečítajte si všetky pokyny v tejto príručke a urobte zahrievacie cvičenia pred použitím tohto zariadenia.
2. Pred cvičením, aby sa zabránilo poraneniu svalov, je nevyhnutné rozohriať sa. Zvyčajná prax odporúča rozohranie a ochladenie. Po cvičení je tiež relaxácie tela nutná, preto navrhujeme cvičenia k ochladeniu.
3. Pred použitím sa dobre uistite, či všetky diely nie sú poškodené a či sú pevné. Toto zariadenie pri použití by malo byť umiestnené na rovnom povrchu. Odporúča sa, použitie rohože alebo iného krycieho materiálu na zemi.
4. Pri používaní tohto zariadenia noste správne oblečenie a obuv, nenoste oblečenie, ktoré by mohlo zachytiť akúkoľvek časť vybavenia.
5. Nepokoušajte sa akejkol'vek údržby alebo úpravy, okrem popísaných v tomto návode. Keby ste mali nejaký problém, prerušte používanie a poraďte sa s autorizovaným servisom.
6. Buďte opatrní pri kroku na pedál, najprv sa držte riadidiel. Pedál na vašej strane musí byť v najnižšej polohe, urobte krok na pedál, a potom krok za krokom, aby pedále bežali hladko, musíte tlačiť alebo ťahať riadidlá. Potom spustíte zariadenie, aby pravidelne nastala spolupráca rúk a nôh. Po cvičení nechajte tiež pedál v najnižšej polohe.

7. Toto zariadenie nepoužívajte v prírode.

8. Toto vybavenie je iba pre domáce použitie.

9. Iba jedna osoba by mala byť na zariadení počas používania.

10. Behom používania tohto zariadenia, držte deti a domáce zvieratá mimo dosah. Tento prístroj je určený len pre dospelých. Minimálny voľný priestor pre bezpečnú prevádzku, ktorý sa vyžaduje, nesmie byť menší ako dva metre.

11. Pokiaľ máte zlý pocit, silné bolesti v hrudníku, nevoľnosť, závraty alebo dýchavičnosť, mali by ste ihneď ukončiť tréning. Skôr než budete pokračovať, konzultujte sa so svojím lekárom.

NÁVOD

1. Obsluhujte prístroj podľa vlastných podmienok.

2. Nastavte napätie ovládacieho gombíka:

Pre zvýšenie záťaže, otočte napätie ovládacieho gombíka, v smere hodinových ručičiek.

Ak chcete znížiť záťaženie, otočte napätie ovládacieho gombíka proti smeru hodinových ručičiek.

3. Nastavte zadný stabilizátor.koncovku:

Otočte zadný stabilizátor. koncovku na zadnom stabilizátore do potrebnej úrovne.

PREVÁDZKA POČÍTAČA

Ako nainštalovať batérie:

1. Odstráňte kryt pre batérie na zadnej strane počítáča.

2. Vsaďte dve "SIZE-AA" alebo "UM-3" batérie do púzdra.

3. Uistite sa, či sú batérie správne umiestnené a pružiny batérie sú v tesnom kontakte s batériami.

4. Znovu nainštalujte kryt batérie.

5. Ak je displej nečitateľný alebo sa objavia iba čiastkové segmenty, vyberte batérie a počkajte 15 sekúnd pred opätovnou inštaláciou.

6. Odstránením batérie sa vymaže pamäť počítáča.

FUNKCIE A OPERÁCIE POČÍTAČE:

AUTO ON / OFF: Keď začnete vykonávať cvičenie, stlačte tlačidlo **MODE** na počítáči, počítáč sa zapne. Ak ponecháte zariadenie po dobu 4 minút stáť, napojenie sa automaticky vypne.

SCAN: Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **SCAN**, počítáč automaticky skenuje všetky funkcie každých 5 sekúnd.

TIME (Čas): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **TIME** (Čas), počítáč zobrazí váš čas uplynulého tréningu v minútach a v sekundách.

SPEED (Rýchlosť): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **SPEED** (Rýchlosť), počítáč zobrazí aktuálnu rýchlosť prípravy.



CAL (Kalórie): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **CAL** (Kalórie), na počítači sa zobrazí celková doba spálených kalórií počas tréningu.

PULSE (PULS): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **PULSE** (Puls), a potom držte obe dve ruky na rukováti snímača, na displeji sa zobrazia vaše aktuálne údaje srdcovej frekvencie a symbol srdca. Pri pokuse otestovať svoju tepovú frekvenciu, a pre zaistenie presnejšieho odčítania pulzu, držte vždy riadidlá uchopením snímača s oboma rukami, nie len s jednou rukou.

DIST (Vzdialenosť): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **DIST** (Vzdialenosť), počítač zobrazí akumuláciu vzdialenosti prejdenú počas tréningu.

ODO (Tachometer): Stlačte tlačidlo **MODE**, kým šípka ukazuje na **ODO**, počítač zobrazí celkovú akumuláciu vzdialenosti.

RESET: Stlačte tlačidlo **MODE** dlhšie ako 4 sekundy, budú všetky funkčné hodnoty vrátené späť na nulu, okrem funkcie **ODO**.

SEZNAM DÍLŮ

Čís.	Popis	Ks	Čís.	Popis	Ks
001	Hlavný rám Ø50x1.8	1	026	Skrutka M8x50	2
002L	Tyč ľavej nohy 40x20x1.5	1	027	Nylon.matica M6	8
002R	Tyč pravej nohy 40x20x1.5	1	028	Podložka Ø6	6
003L	Ľavé držadl. rameno Ø32x1.5	1	029	skrutka M6x40	6
003R	Pravé držadl. rameno Ø32x1.5	1	030	Napätie kábla L=1600	1
004L	Ľavé držadlo Ø32x1.5	1	031	Viečko S13	2
004R	Pravé držadlo Ø32x1.5	1	032	skrutka ST4.2x25	8
005	Predná tyč Ø50x1.5	1	033L	Kryt-A na pedál. tyč	2
006	Drôt konektoru Ø12.1	2	033R	Kryt-B na pedál. tyč	2
007	skrutka M6x10	1	034	Veľká podložka Ø26xØ8x2	2
008	skrutka ST2.9x10	2	035	skrutka Ø15.8x62.5	2
009	Skrutka so šesťhrannou hlavou M8x20	1	036	Ľavý pedál 395x150x65	1
010	Predný stabilizátor Ø50x1.5	1	037	Pravý pedál 395x150x65	1
011	Zadný stabilizátor Ø50x1.5	1	038	predná koncovka stabilizat. Ø50	2
012	skrutka M10x57	4	039	skrutka M6x48	2
013	Zadný stabilizátor. koncovka Ø50x1.5	2	040	Prepravné kolesá Ø23xØ6x32	2
014	Veľká zvlínená podložka Ø10	4	041	Skrutka M8x16	6
015	Viečko matice M10	4	042	Zvlínená podložka Ø20xØ8	6
016L	skrutka pre držiak U-tvar ľavý 1/2"	1	043	skrutka M10x18	2

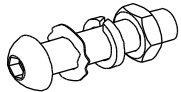
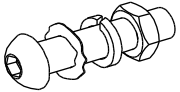
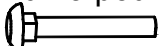
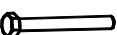
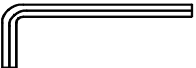
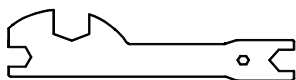
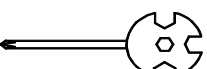
016 R	Skrutka na držiak U-tvar pravý 1/2"	1	044	Pružná podložka Ø18xØ10x2	2
017L	Ľavá nylon. matica 1/2"	1	045	Podložka Ø28x5	2
017 R	Pravá nylon. matica 1/2"	1	046	Kovové púzdro Ø33xØ29xØ16x14x4	4
018	Vlnitá podložka Ø28xØ17x0.3	2	047	Skrutka M6x35	4
019	Kovové púzdro Ø29xØ16x14	8	048	Zvlněná Podložka Ø6	4
020	Pružná podložka Ø20	2	049	Viečko S16	2
021	Ložisko 6000 2Z	2	050	Viečko matice M6	4
022	Podložka 7/8"	1	051	Plastové púzdro Ø32xØ16x5xØ50	2
023	Držiak U-tvaru	2	052L	Ľavý kryt-Aramena držadla	1
024	Nylonová matica M8	2	052R	Pravý kryt-A ramena držadla	1
025	Podložka Ø16xØ8x1.5	3	053L	Ľavý kryt-B držadla ramena	1

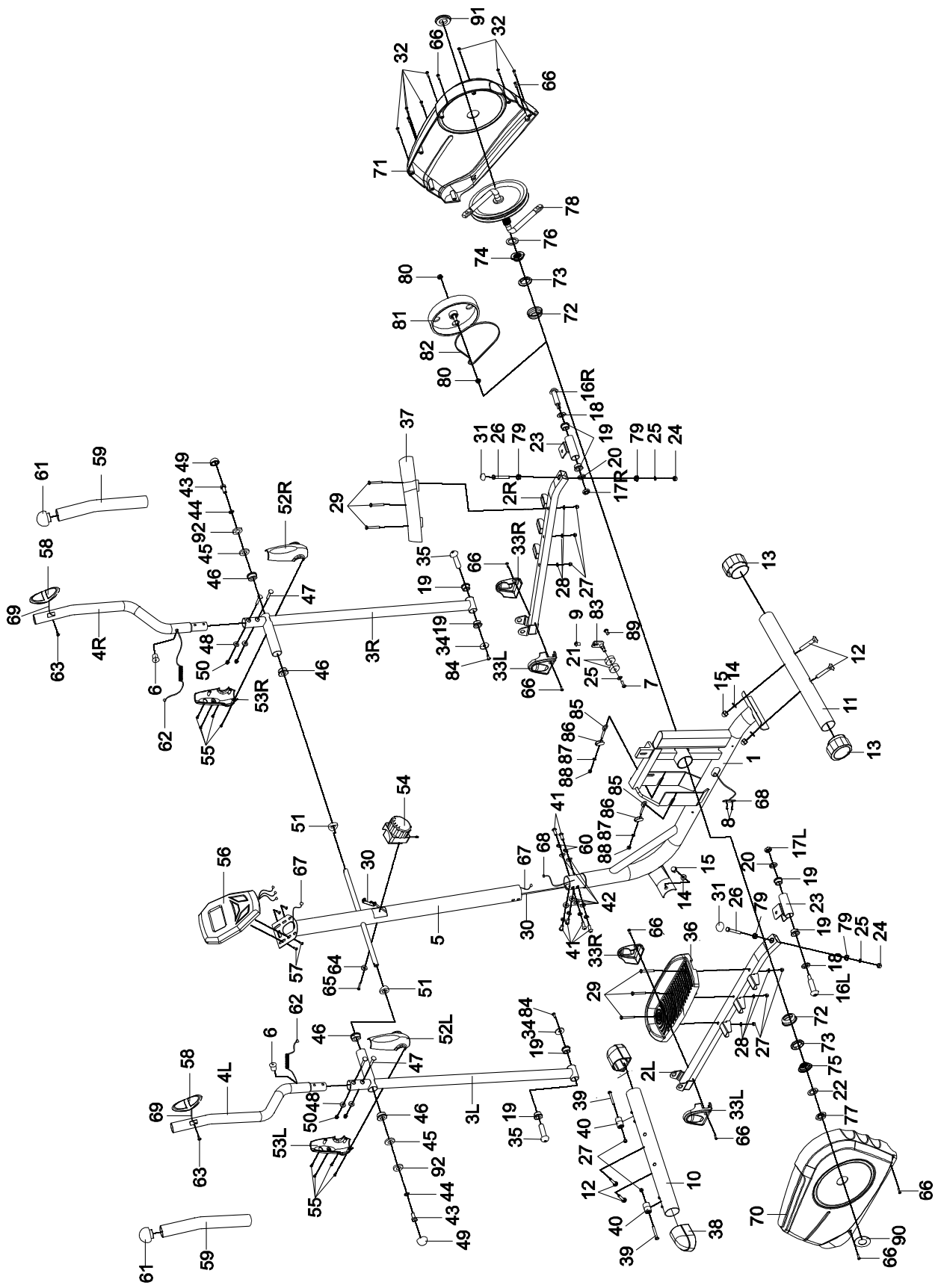
SEZNAM DÍLŮ

Čís.	Popis	Ks	Čís.	Popis	Ks
053R	Pravý kryt-B držadla ramena	1	073	guličkové ložisko	2
054	Ovládací gombík napätia 0325-BC66501-0101	1	074	Náprava objímky I 15/16"	1
055	skrutka ST2.9x12	8	075	Náprava objímky II 7/8"	1
056	Počítač (JVT29104)	1	076	Podložka 15/16"	1
057	Šroub M5x12	4	077	Šest'hranná matica 7/8"	1
058	Ruční snímač pulzu	2	078	Remenica s klukou Ø260	1
059	Držadlo – penová rukoväť Ø31xØ37x480	2	079	Kovové puzdro Ø18xØ8.5	4
060	Pružná podložka Ø8	6	080	M10x1 - Matice pre zotrvačník	2
061	Koncovka držadla Ø32x1.5	2	081	zotrvačník Ø230x40x32	1
062	Pružinový drôt ručného snímača pulzu	2	082	remen PJ330 J6	1
063	skrutka ST4.2x20	2	083	Držiak kolesa	1
064	Podložka pre ovládacie tlačidlo napätia Ø20xØ5.2	1	084	Šroub M8x20	2
065	Skrutka pre ovládacie tlačidlo napätia M5x25	1	085	Nastaviteľná skrutka M6x36	2
066	Phillips - závitorezné skrutky ST4.2x25	8	086	U - podpera	2
067	Kábel senzoru I L=1100	1	087	Pružná podložka Ø6	2
068	Kábel senzoru II L=950	1	088	Matica M6	2
069	Drôt ručného snímača pulsu L=750	2	089	skrutka M8x10	1
070	Ľavý kryt 540x366x74	1	090	Viečko Ø50x1.2t	1

071	Pravý kryt 540x366x78	1	091	Viečko Ø50x10t	1
072	Náprava kola	2	092	Veľká podložka Ø10	2

Zoznam železiarskeho tovaru:

	(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) Leva nylon.matice 1/2"	1 ks		
(18) Podložka Ø 28xØ 17x0.3	1 ks	(18) Podložka Ø 28xØ 17x0.3	1ks		
(20) Pružná podložka Ø20	1 ks	(20) Pružná podložka Ø 20	1 ks		
	(12) M10x57 Šroub 4ks			(14) Velká zvlněná podložka Ø10	
	(27) Nylon.matice M6 8 ks			(15) Víčko matice M10 4 ks	
	(31) Víčko S13 2 ks			(29) Šroub M6x40 6 ks	
	(49) Víčko S16 2 ks			(47) Šroub M6x35 4ks	
				(50) Víčko matice M6 4 ks	
	(66) Phillips závitorezný Šroub ST4.2x25 4 ks			Klíč 8mm 1 ks	
				Klíč 6mm 1 ks	
	Klíč 1 ks			Klíč/Šroubovák S8, S13, S14, S15 1 ks	

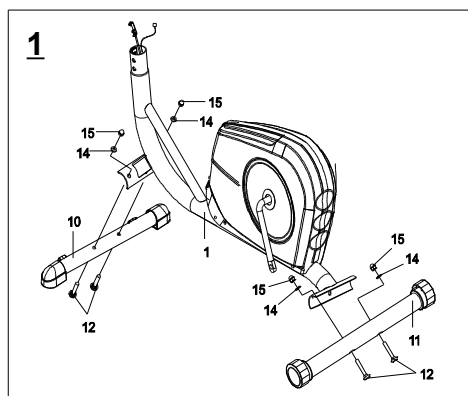


MONTÁŽNY NÁVOD

1. Nainštalujte predný / zadný stabilizátor.

Pripevnite prednú stabilizačnú tyč (10) na prednej poltyči hlavného rámu (1) s dvoma skrutkami M10x57 (12), Ø10 s veľkou zvlnenou podložkou (14), a viečkom matice M10 (15).

Pripevnite zadný stabilizátor (11) na zadnej poltyči hlavného rámu (1) s dvoma skrutkami M10x57 (12), Ø10 veľkou zvlnenou podložkou (14), a viečkom matice M10 (15).



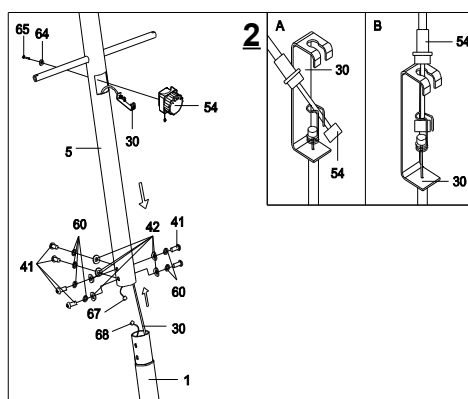
S

Nainštalujte prednú tyč a napínacie koliesko ovládania.

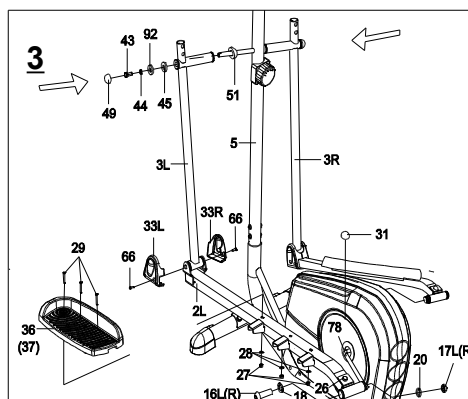
Odstráňte šesť skrutiek M8x16 (41), Ø8 pružnú podložku (60), a Ø20xØ8 pružnú podložku (42) z rúrky hlavného rámu (1). Vložte napätie kábla (30) do dna otvoru prednej tyče (5) a vytiahnite ho zo štvorcového otvoru z prednej tyče (5).

Pripojte kábel senzoru II (68) z hlavného rámu (1) na kábel senzoru I (67) z prednej tyče (5).

Vložte prednú tyč (5) na trubku hlavného rámu (1) a zaistite skrutky M8x16 (41), Ø8 pružnú podložkou (60), a Ø20xØ8 pružnú podložkou (42) ktoré boli predtým odstránené.



2. Odstráňte Ø20xØ5.2 pružnú podložku pre napínacie koliesko ovládania (64) a M5x25 skrutku na napínacie koliesko ovládania (65) napätie kolieska ovládania (54). Dajte koniec kábla odporu posúvača ovládania (54) do karabínky napätia kábla (30) ako je znázornené na výkrese na obr 2. Vytiahnite odolnosť kábla napätia posúvača ovládania (54) do medzery kovového držiaka napätie kábla (30) ako je znázornené na výkrese B na obrázku 2. Pripojte ovládací gombík napätia (54) na prednej tyči (5) s Ø20xØ5.2 pružnú podložkou pre napínacie koliesko ovládania (64) a M5x25 skrutky na napínacie koliesko ovládania (65), ktoré boli predtým odstránené.

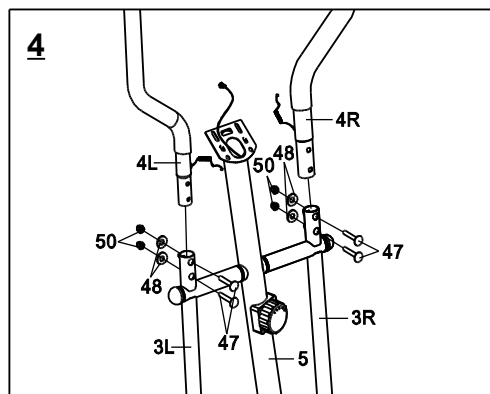


Z

Nainštalujte pravé / ľavé držiadlá, rameno, pravú / ľavú nožnú tyč, pravý / ľavý pedál a kryty-A / B pre pedálovú tyč

Odstráňte dve skrutky M10x18 (43), Ø18xØ10x2 pružnú podložku (44), Ø10 veľkú podložku (92), a Ø28x5 podložku (45) z ľavej a pravej vodorovnej osi prednej tyče (5). Potom pripojte ľavice paže držiadla (3L) na ľavú vodorovnú os prednej tyče (5) so skrutkou M10x18 (43), Ø18xØ10x2 pružnou podložkou (44), Ø10 veľkú podložkou (92), a Ø28x5 podložkou (45), ktoré boli predtým odstránené. Nainštalujte S16 viečko (49) na skrutku M10x18 (43).

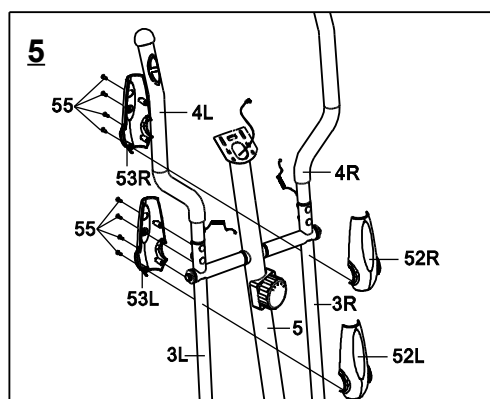
Pripojte ľavý držiak U-tvaru (23) do ľavej kľuky (78) s jednou 1/2" ľavou skrutkou držiaku U-tvaru (16L), Ø28xØ17x0.3 s vlnitou podložkou (18), Ø20 pružnou podložkou (20), a 1 / 2" ľavú nylonovou maticou (17L). Nainštalujte S13 viečko (31) na skrutku M8x50 (26).



Poznámka:

1/2" ľavá skrutka pre držiak U-tvaru (16L) a 1/2" pravá skrutka pre držiak U-tvaru (16R) sú označené "L" a "R".

Pripojte ľavú nohu pedálu (36) na ľavej pedálovej tyči (2L) s tromi skrutkami M6x40 (29), podložkou Ø6 (28) a nylonovou maticou M6 (27). Pripojte kryty-A / B na pedálovú tyč (33L, 33R) na ľavej nohe tyče (2L) s dvoma skrutkami ST4.2x25.



Phillips závitorezné skrutky (66).

Opakujte vyššie uvedený krok k upevneniu pravého držiadla ramena (3R) na pravej strane vodorovnej osi prednej tyči (5) na pravom držiaku U-tvaru (23) na pravej kľuke (78).

4. Nasazení pravého a levého drždla.

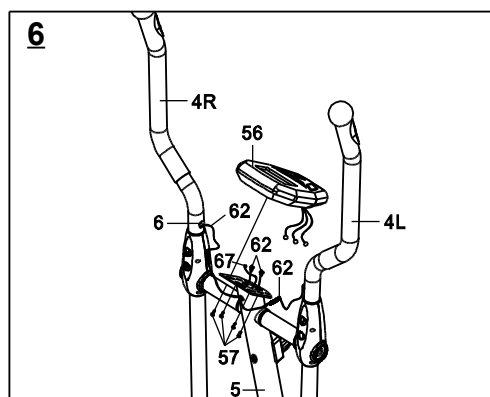
Pripevněte vpravo / vlevo madla (4R, 4L) na pravém / levém ramene drždla (3R, 3L) se čtyřmi šrouby M6x35 (47), křivou podložkou Ø6 (48) a víčkem matice M6 (50).

5. Nainštalujte levé/pravé kryty-A/B na drždlové ramena.

Pripevněte levé rameno drždla kryt-A (52L) a levé rameno drždla kryt-B (53L) na paže levice drždla (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 tyči (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 tyči (5) se čtyřmi šrouby M5x12 (57), které byly dříve odstraněny.

ÚDRŽBA

Čištění:

Eliptický trenažér lze čistit měkkým hadříkem a jemným čisticím prostředkem. Nepoužívejte brusné 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 čistom a suchom prostredí mimo dosah dětí.

5. Nainštalujte ľavý/pravý kryt-A / B na držadlové ramená.

Pripevnite ľavé rameno držadlového krytu-A (52L) a ľavé rameno držadlového krytu-B (53L) na paže ľavice držadla (3L) so štyrmi skrutkami ST2.9x12 (55).

6. Inštalácia počítača

Odstráňte štyri skrutky M5x12 (57) zo zadnej časti počítača (56).

Vložte ručný snímač pulzov s pružným drôtom (62) z pravého / ľavého madla (4R, 4L) do otvoru na prednej tyči (5) a vytiahnite ich z horného konca prednej tyče (3).

Pripojte kábel senzoru I (67) a ručný snímač pulzov - pružinový drôt (62) na drôty, ktoré pochádzajú z počítača (56) a pripojte počítač (56) na horný koniec prednej tyči (5) so štyrmi skrutkami M5x12 (57), ktoré boli predtým odstránené.

ÚDRŽBA

čistenie:

Eliptický trenažér je možné čistiť mäkkou handričkou a jemným čistiacim prostriedkom. Nepoužívajte brúsne prostriedky alebo rozpúšťadlá na plastových častiach. Prosím, utrite si pot z bicykla po každom použití. Dbajte na to, či by sto nedostali nadmernú vlhkosť na paneli obrazovke počítača, pretože to môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom alebo zlyhanie elektroniky.

Prosím, majte eliptický trenažér obzvlášť. Počítač majte mimo dosahu priameho slnečného žiarenia, aby sa zabránilo poškodeniu obrazovky.
Každý týždeň skontrolujte všetky skrutky a pedále na stroji, pre správnu tesnosť.

skladovanie:

Skladujte eliptický trenažér v čistom a suchom prostredí mimo dosahu detí.

RIEŠENIE PROBLÉMOV

PROBLÉM: Eliptický trenažér sa kolíše pri používaní.

RIEŠENIE: Buď z nie je na úrovni, alebo je malý objekt v rámci zariadenia. Je možné, že zadný stabilizátor nie je správne nastavený. Otočte zadný stabilizátor. (koncovku na zadnom stabilizátore do potrebnej úrovne)

PROBLÉM: Neexistuje žiadne zobrazenie na počítačovej konzole.

RIEŠENIE: Vyberte kryt na počítačovej konzole a overte drôty, ktoré prichádzajú z počítačovej konzoly, skontrolujte, či sú správne pripojené k drôtom, ktoré prichádzajú z predného miesta.

RIEŠENIE: Skontrolujte, či sú batérie správne umiestnené, a pružiny batérie či sú v tesnom kontakte s batériami.

RIEŠENIE: Batérie v počítačovej konzole môžu byť prázdne. Zmeňte za nové batérie.

PROBLÉM: Nie je tam žiadna srdcová frekvencia čítania alebo srdcová frekvencia čítania je nevypočítateľná alebo nekonzistentná.

RIEŠENIE: Uistite sa, že spoje pre snímače ručného pulzu sú bezpečné.

RIEŠENIE: Pre zaistenie presnejšieho odpočtu pulzu, vždy držte rukoväť snímačov s oboma rukami, nie len s jednou rukou, keď sa pokúsite vyskúšať tepovú frekvenciu svojej postavy.

RIEŠENIE: Uchytenie snímača ručného pulzu je príliš tesné. Snažte sa udržiavať mierny tlak, zatiaľ čo sa držíte senzorov ručného pulzu.

PROBLÉM: Eliptický trenažér má pískavý hluk pri používaní.

RIEŠENIE: Na eliptickom trenažéri môže byť uvoľnená skrutka. Prosím skontrolujte všetky skrutky a utiahnite uvoľnené skrutky.

PROBLÉM: Žiadny odpor pri šliapaní

RIEŠENIE: Dôvod: ► Remeň je zosunutiu / otvorte schránku a nasadte ho
► Ložiská sú poškodené / zmeňte ložiská za nové