

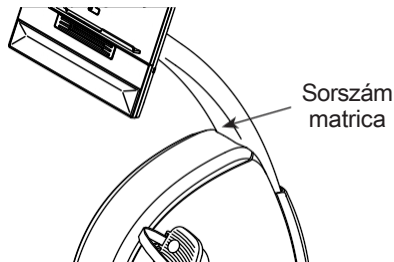
NordicTrack®

GLE RECUMBENT BIKE

Modellszám: NTEX99025-INT.0

Sorozatszám. _____

Írja a sorozatszámot a fenti helyre a hivatkozáshoz.



Forgalmazó

Gyártóként, arra törekszünk, hogy vásárlóink minden igényét kielégítsük.

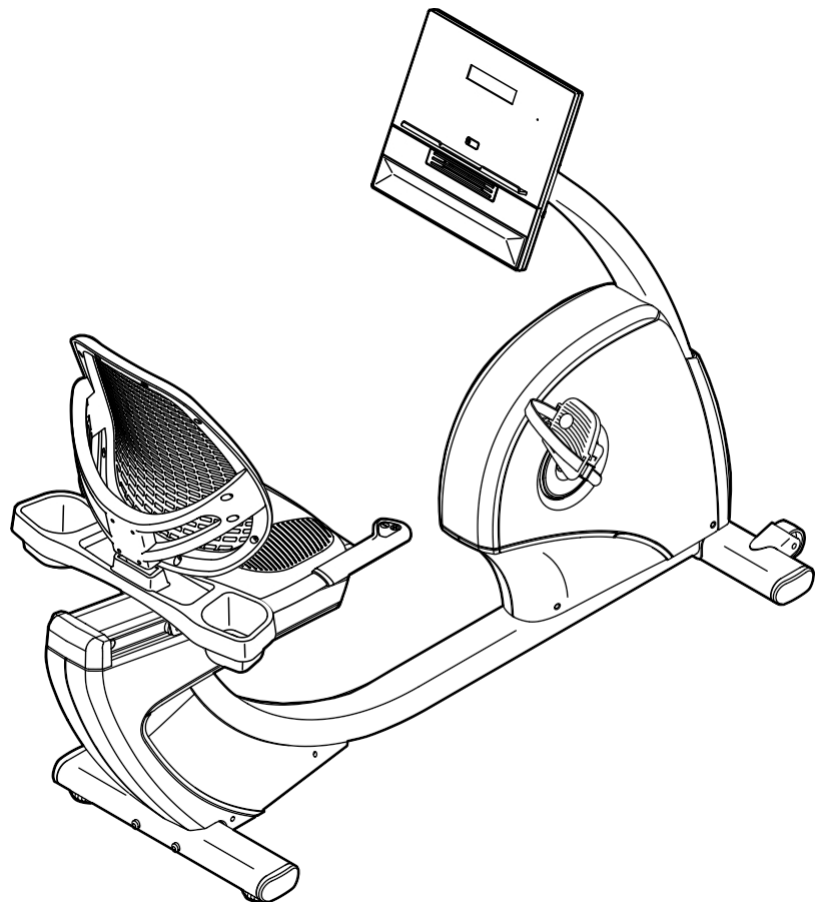
Ha van kérdése, vagy ha hiányzó, esetleg sérült alkatrészek a termékben, kérem, keresse fel azt a helyet, ahol a terméket vásárolta.

FORGALMAZÓ:

Sport8 Hungary Kft.
1118 Bp. Fehérvári út 168-178.
+36 1 877 4841
www.sport8.hu

Szerviz elérhetőség:

+36205050828
szerviz@sport8.hu



⚠ VIGYÁZAT

A berendezés használata előtt olvassa el a jelen kézikönyvben található összes óvintézkedést és utasítást. Tartsa meg ezt a kézikönyvet a későbbi használatra.

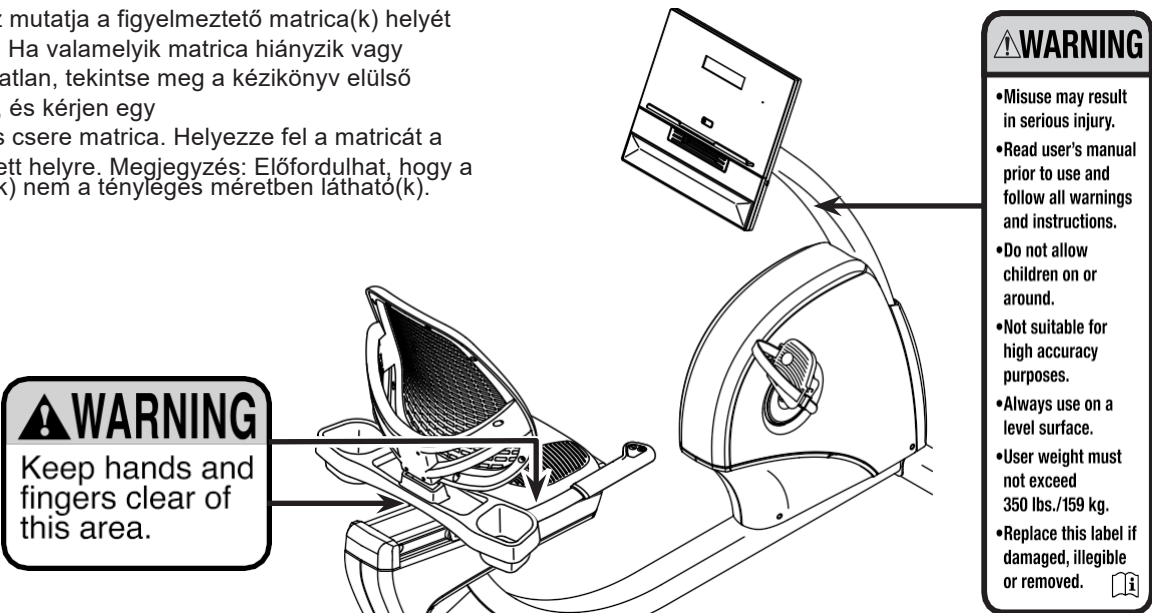
HASZNÁLATI KÉZIKÖNYV

TARTALOMJEGYZÉK

FIGYELMEZTETŐ MATRICA ELHELYEZÉSE.....	2
FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK.....	3
MIELŐTT ELKEZDENÉ.....	4
ALKATRÉSZ-AZONOSÍTÓ TÁBLÁZAT.....	5
ÖSSZESZERELÉS.....	6
HOGYAN KELL HASZNÁLNI AZ EDZŐKERÉKPÁRT.....	13
A KONZOL HASZNÁLATA.....	14
KARBANTARTÁS ÉS HIBAEELHÁRÍTÁS.....	22
EDZÉSI IRÁNYELVEK.....	24
RÉSZLISTÁK.....	28
ROBBANÁSI RAJZ.....	30
CSEREALKATRÉSZEK RENDELÉSE.....	Hátsó borító
ÚJRAHASZNOSÍTÁSSAL KAPCSOLATOS INFORMÁCIÓK.....	Hátsó borító
UK/EU MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT.....	Hátsó borító

FIGYELMEZTETŐ MATRICA ELHELYEZÉSE

Ez a rajz mutatja a figyelmeztető matrica(k) helyét (helyeit). Ha valamelyik matrica hiányzik vagy olvashatatlan, tekintse meg a kézikönyv elülső borítóját, és kérjen egy ingyenes csere matrica. Helyezze fel a matricát a feltüntetett helyre. Megjegyzés: Előfordulhat, hogy a matrica(k) nem a tényleges méretben látható(k).



WARNING
Keep hands and fingers clear of this area.

WARNING

- Misuse may result in serious injury.
- Read user's manual prior to use and follow all warnings and instructions.
- Do not allow children on or around.
- Not suitable for high accuracy purposes.
- Always use on a level surface.
- User weight must not exceed 350 lbs./159 kg.
- Replace this label if damaged, illegible or removed.

A NORDICTRACK és az IFIT az iFIT Inc. bejegyzett védjegyei. Az App Store az Apple Inc. védjegye, az Egyesült Államokban és más országokban bejegyezve. Az Android és a Google Play a Google LLC védjegyei. A Bluetooth® szövegdjegy és logók a Bluetooth SIG, Inc. bejegyzett védjegyei, és licenc alapján használatosak. Az IOS a Cisco védjegye vagy bejegyzett védjegye az Egyesült Államokban és más országokban, és licenc alapján használatos.

FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK

▲ FIGYELMEZTETÉS: A súlyos sérülések kockázatának csökkentése érdekében, mielőtt használná az , olvassa el a jelen kézikönyvben található összes fontos óvintézkedést és utasítást, valamint az edzőkerékpáron található összes figyelmeztetést. iFIT nem vállal felelősséget a termék használata során vagy annak használata elszenvedett személyi sérülésekért vagy anyagi károkért.

1. A tulajdonos felelőssége annak biztosítása, hogy az edzőkerékpár minden felhasználója megfelelő tájékoztatást kapjon az óvintézkedésekről.
2. A 16 év alatti gyermekeket és a háziállatokat mindig tartsa távol az edzőkerékpártól.
3. Bármilyen edzésprogram megkezdése előtt konzultáljon egészségügyi szolgáltatójával. Ez különösen fontos a 35 év feletti vagy a már meglévő egészségügyi problémákkal küzdő személyek esetében.
4. A terhesség alatt bármilyen edzésprogram megkezdése vagy folytatása előtt konzultáljon egészségügyi szolgáltatójával. Az edzőkerékpárt csak az egészségügyi szolgáltatója által engedélyezett módon használja.
5. Az edzőkerékpár nem használható csökkent fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességekkel rendelkező, illetve tapasztalat és ismeretek hiányában nem rendelkező személyek számára, kivéve, ha a biztonságukért felelős személy felügyeli vagy oktatja őket az edzőkerékpár használatára vonatkozóan.
6. Az edzőkerékpárt csak a jelen kézikönyvben leírtak szerint használja.
7. Az edzőkerékpár kizárólag otthoni használatra készült. Ne használja az edzőkerékpárt kereskedelmi, bérleti vagy intézményi környezetben.
8. Tartsa az edzőkerékpárt beltérben, nedvességtől és portól védve. Ne tegye az edzőgépet kerékpár garázsban vagy fedett teraszon, illetve víz közelében.
9. Helyezze az edzőkerékpárt olyan sík felületre, ahol legalább 0,6 m (2 láb) szabad tér áll rendelkezésre az edzőkerékpár körül. A padló vagy a szőnyeg sérülésektől való megóvása érdekében helyezzen szőnyeget az edzőkerékpár alá.
10. Minden egyes alkalommal, amikor az edzőkerékpárt használja, ellenőrizze és megfelelően húzza meg az összes alkatrészt. Az elhasználódott alkatrészeket azonnal cserélje ki. Csak a gyártó által szállított alkatrészeket használja.
11. Edzés közben viseljen megfelelő ruházatot; ne viseljen bő ruhát, amely beakadhat az edzőkerékpárba. A lábfej védelme érdekében mindig viseljen sportcipőt.
12. Az edzőkerékpárt nem használhatják 159 kg-nál (350 fontnál) nehezebb személyek.
13. Legyen óvatos, amikor fel- és leszereli az edzőkerékpárt.
14. Az edzőkerékpár használata közben mindig tartsa egyenesen a hátát; ne görbítse meg a hátát.
15. A túlzott gyakorlás súlyos sérülést vagy halált okozhat. Ha ájulást érez, ha légszomja lesz, vagy ha fájdalmat érez edzés közben, azonnal hagyja abba, és hűtse le magát.

MIELŐTT ELKEZDENÉD

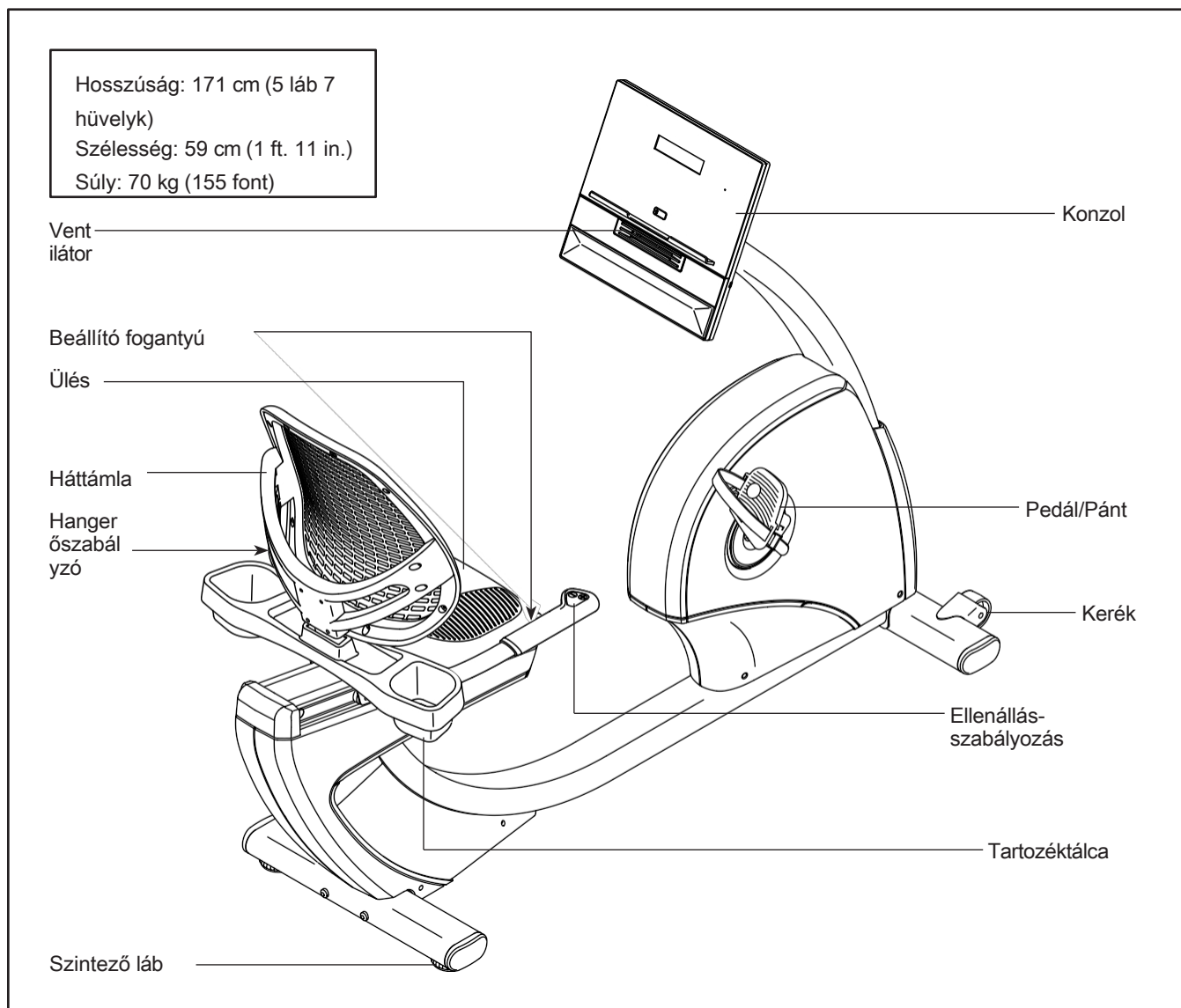
Köszönjük, hogy a forradalmi NORDICTRACK® G LE RECUMBENT BIKE-ot választotta. Kerékpározás hatékony gyakorlat a szív- és érrendszeri fitness növelésére, az állóképesség fejlesztésére és a test tónusának erősítésére. A G LE RECUMBENT BIKE számos olyan funkciót kínál, amelyek célja, hogy hatékonyabbá és élvezetesebbé tegye az otthoni edzéseket.

Az Ön érdekében olvassa el figyelmesen ezt a

kézikönyvet, mielőtt használja az edzőkerékpárt. Ha kérdései vannak a

a jelen kézikönyv olvasása során, kérjük, tekintse meg a kézikönyv elülső borítóját. Annak érdekében, hogy segíthessünk Önnek, jegyezze fel a termék modellszámát és sorozatszámát, mielőtt kapcsolatba lép velünk (lásd a kézikönyv elülső borítóját).

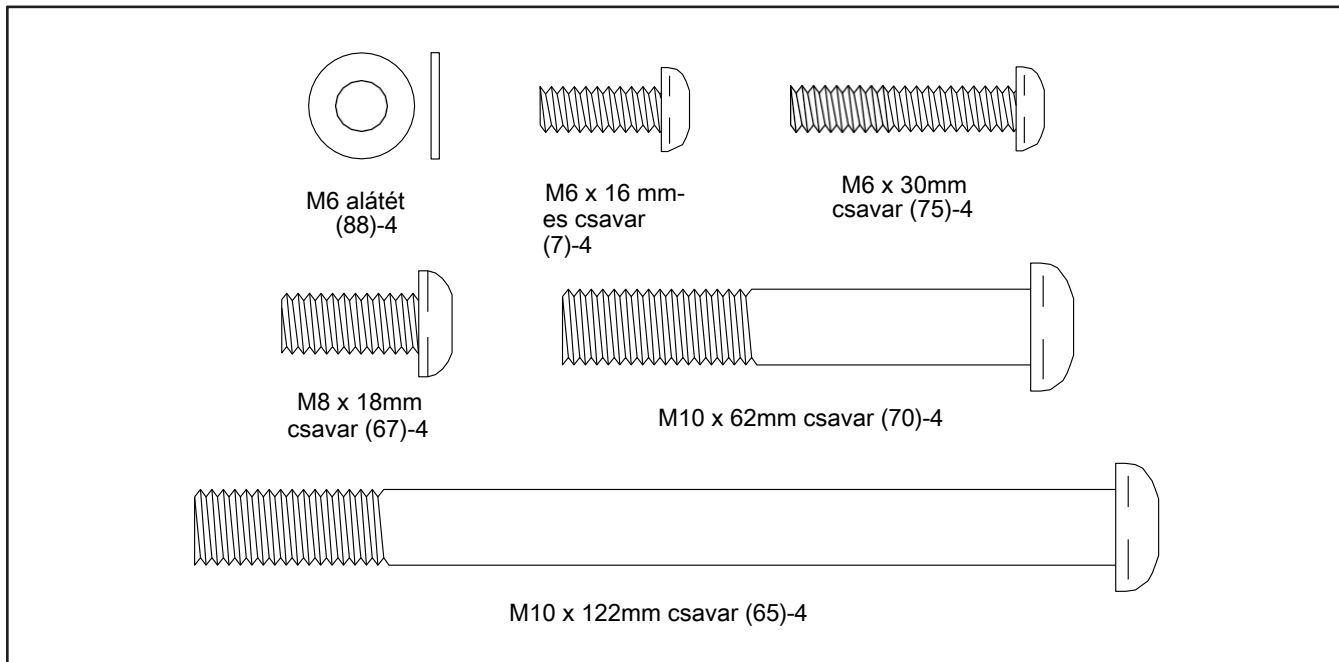
Mielőtt tovább olvasna, kérjük, ismerkedjen az alábbi rajzon megjelölt alkatrészekkel.



ALKATRÉSZ-AZONOSÍTÁS TÁBLÁZAT

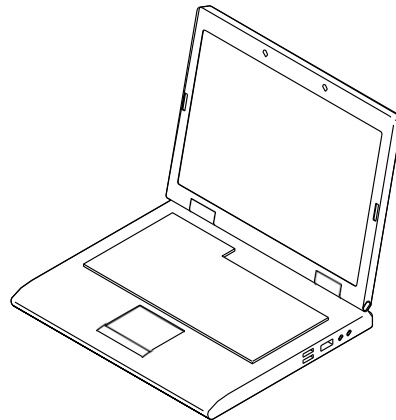
Az alábbi rajzok segítségével azonosítsa az összeszereléshez szükséges kis alkatrészeket. Az egyes rajzok alatt zárójelben

lévő szám az alkatrész kulcsszáma a kézikönyv végén található RÉSZLISTÁBÓL. A kulcsszám utáni szám az összeszereléshez szükséges mennyiség. Megjegyzés: Ha egy alkatrész nem szerepel a hardverkészletben, ellenőrizze, hogy előszerelték-e. Előfordulhat, hogy extra alkatrészeket tartalmaz.



ÖSSZESZERELÉS

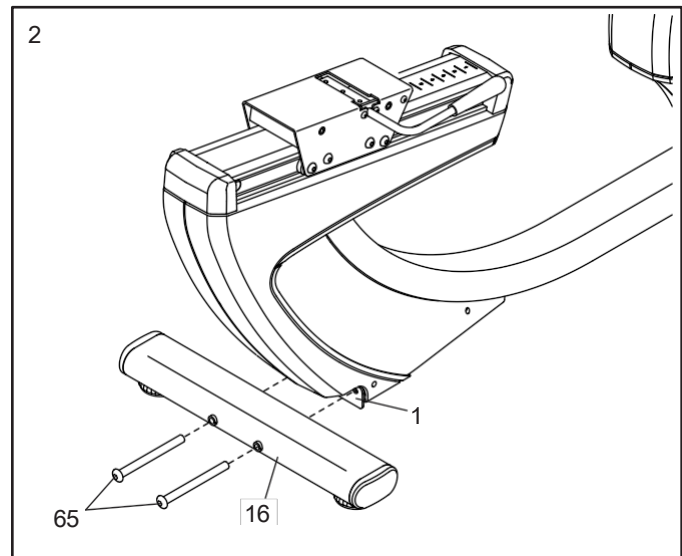
- Az összeszereléshez két személyre van szükség.
- Helyezze az összes alkatrészt egy tisztított helyre, és távolítsa el a csomagolóanyagokat. Ne dobja el a csomagolóanyagokat, amíg nem fejezte be az összes összeszerelési lépést.
- A bal oldali részek "L" vagy "Left", a jobb oldali részek pedig "R" vagy "Right" jelöléssel vannak ellátva.
- A kis alkatrészek azonosításához lásd az 5. oldalt.
- Az összeszerelés a mellékelt szerszámok segítségével végezhető el. Megjegyzés: A mellékelt szerszámok közül egy vagy több szükséges lehet a jövőbeni beállításokhoz. Az alkatrészek sérülésének elkerülése érdekében ne használjon elektromos szerszámokat az összeszereléshez vagy a beállításhoz.



2. Helyezzen egy erős csomagolóanyagot a keret hátsó része alá (1). **Egy második személy tartsa a keretet, hogy megakadályozza a billenést, amíg ezt a lépést elvégzi.**

A hátsó stabilizátort (16) a matricán feltüntetett módon igazítsa ki. Rögzítse a hátsó stabilizátort a kerethez (1) két M10 x 122 mm-es csavarral (65).

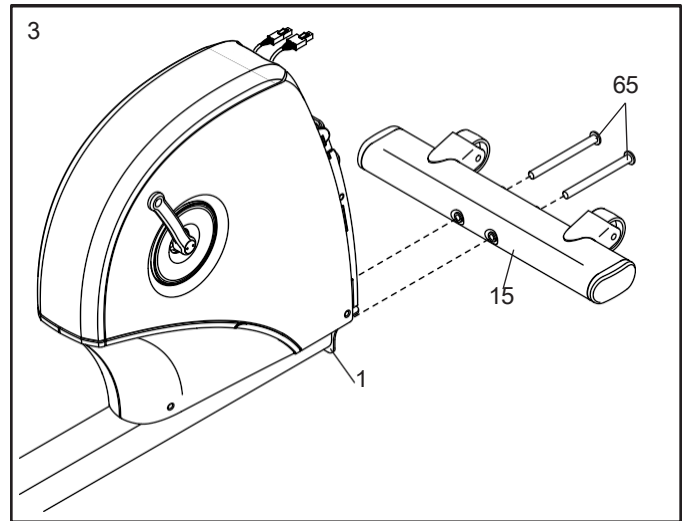
Ezután távolítsa el a csomagolóanyagot.



3. Helyezzen egy erős csomagolóanyagot a keret eleje alá (1).

Az első stabilizátort (15) a képen látható módon igazítsa ki. Rögzítse az első stabilizátort a kerethez (1) két M10 x 122 mm-es csavarral (65).

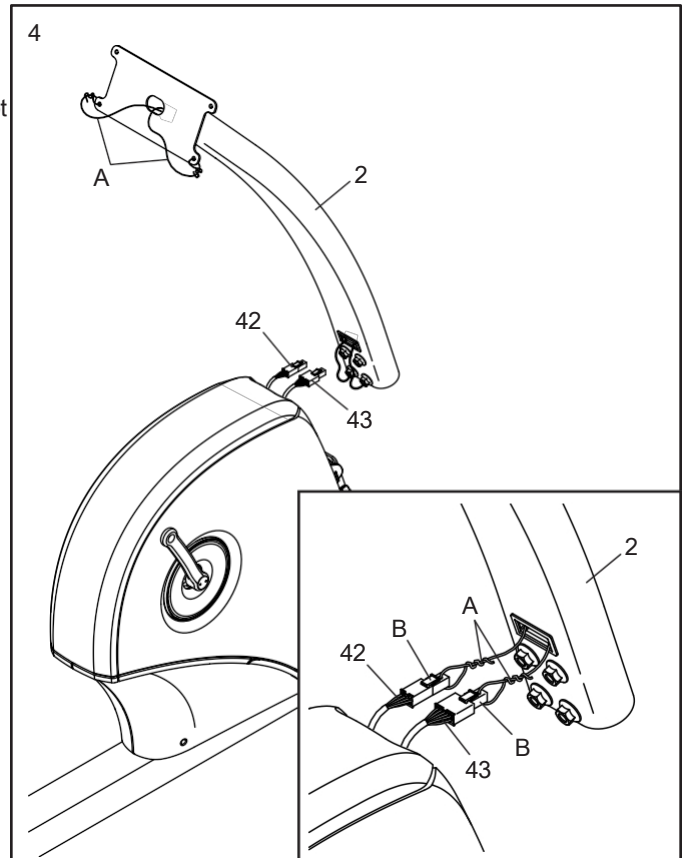
Ezután távolítsa el a csomagolóanyagot.



4. Egy második személy tartsa az Uprightot (2) az edzőkerékpár elejének közelében.

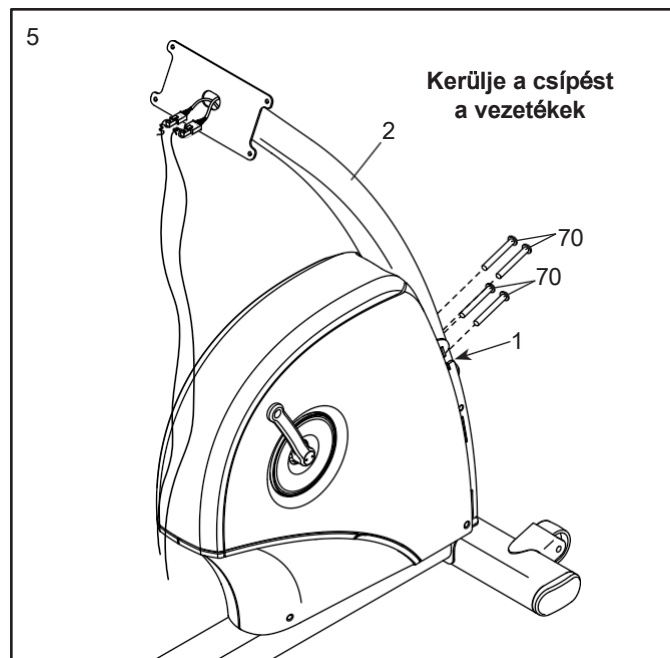
Lásd a mellékelt rajzot. Keresse meg a két kábeltötegelőt (A) az állványban (2). Kösse át a drótkötegelőket a vezérlőhuzal (42) és a fővezeték (43) dróthúzókon (B) keresztül. Ezután helyezze be a vezetékeken lévő csatlakozókat az állványba.

Ezután húzza meg a drótkötegelők (A) felső végeit, amíg a vezetékek (42, 43) át nem futnak a támlán (2).

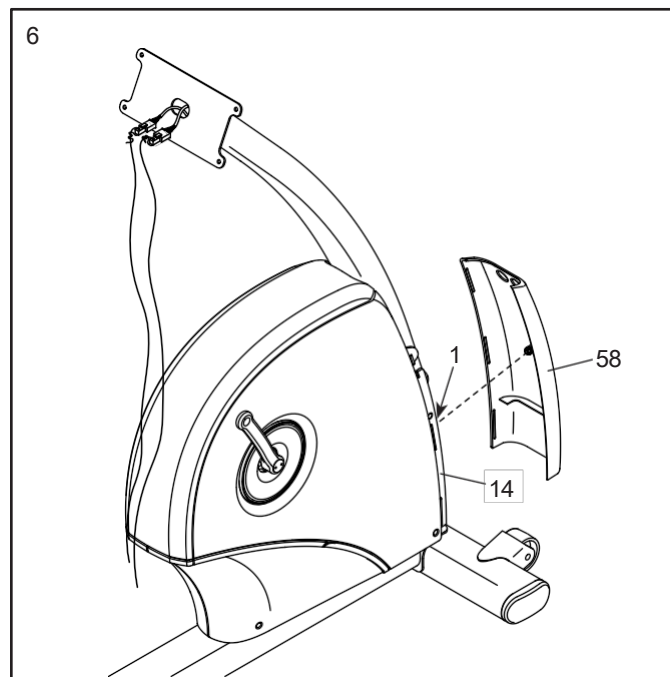


5. **Kerülje a vezeték becsípődését.** Csúsztassa az állványt (2) a keretre (1).

Rögzítse a támasztékot (2) négy M10 x 62 mm-es csavarral (70); **indítsa el mind a négy csavart, majd húzza meg őket.**



6. Nyomja az előlső pajzsot (58) a keretre (1), valamint a jobb első pajzsra (14) és a bal első pajzsra (nem látható).

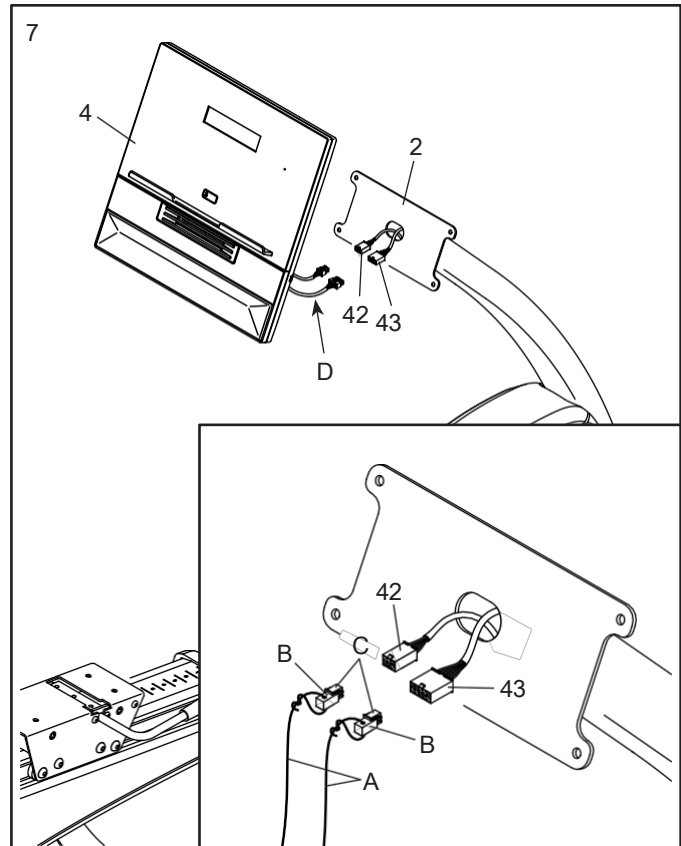


7. **Lásd a mellékelt rajzot.** Fogja meg a csatlakozót a fővezeték végén (43). Ezután nyomja meg a kis reteszt (C) a huzalhúzón (B), és vegye ki a huzalhúzót. Ezután távolítsa el a huzalhúzót (B) a vezérlőhuzalról (42). **Dobja ki a huzalhúzókat és a drótkötegelőket (A).**

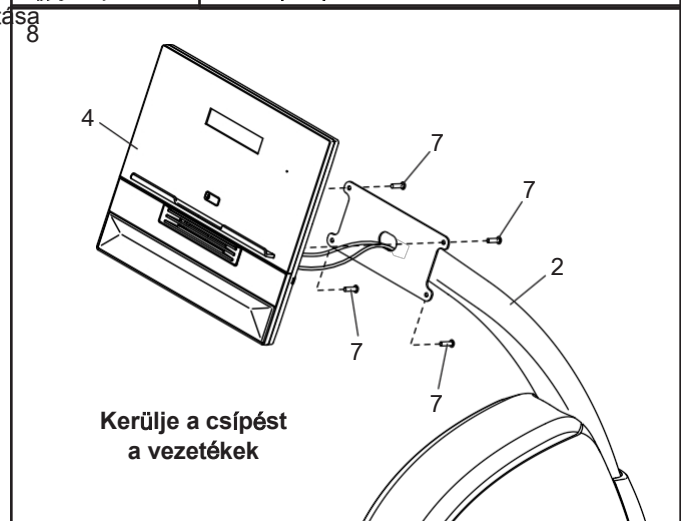
Miközben egy második személy tartja a konzolt (4) az állvány (2) közelében, csatlakoztassa a fővezeték (43) és a vezérlővezeték (42) a konzol vezetékéhez (D).

FONTOS: A vezetékcsatlakozóknak könnyen össze kell csúszniuk, és hallható kattanással a helyükre kell pattanniuk. Ahhoz, hogy az edzőkerékpár megfelelően működjön, a vezetékeket megfelelően kell csatlakoztatnia.

Ezután helyezze be a csatlakozókat és a felesleges vezetékét az állványba (2).

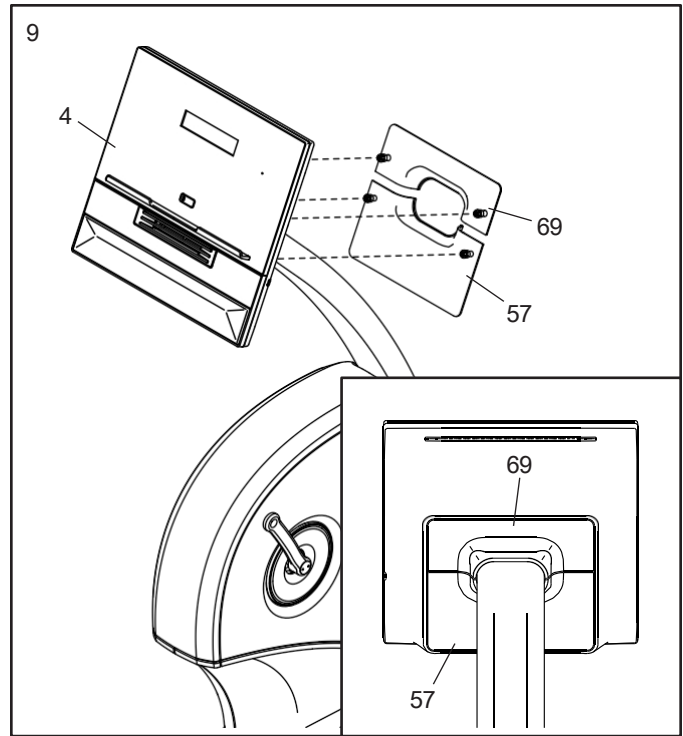


8. **Kerülje a vezetékek becsípődését.** A konzol csatlakoztatása (4) a tartóoszlophoz (2) négy M6 x 16 mm-es csavarral (7); **indítsa el mind a négy csavart, majd húzza meg őket.**



9. Igazítsa az alsó konzolfedelelet (57) a képen látható módon, és nyomja rá a konzol hátuljára (4).

Ezután igazítsa a felső konzolfedelelet (69) a képen látható módon, és nyomja rá a konzol hátuljára (4).

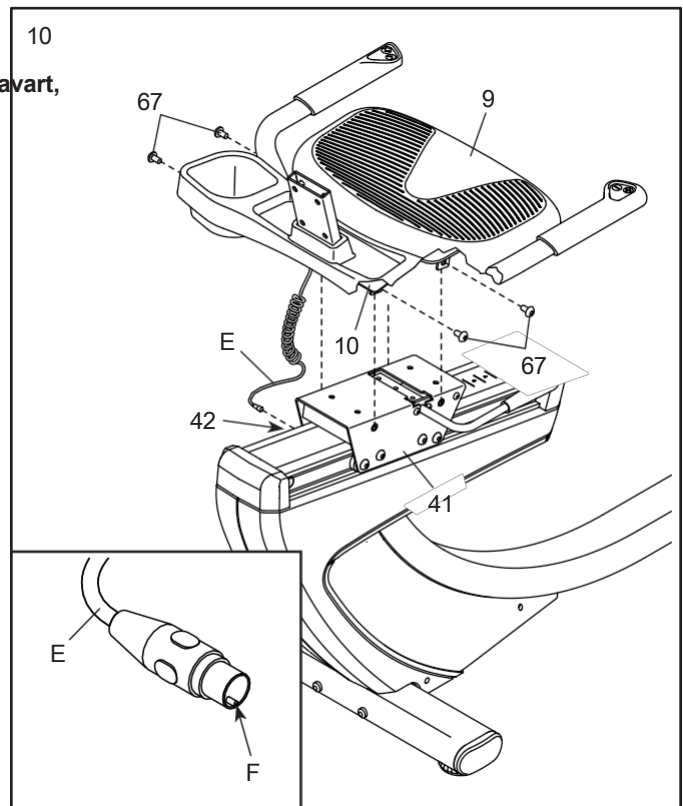


10. Rögzítse az üléskeretet (10) és a csatlakoztatott ülést (9) az ülés kocsihoz (41) négy darab M8 x 18 mm-es csavarok (67); **indítsa el mind a négy csavart, majd húzza meg őket.**

Ezután keresse meg a vezetékét (E) az ülés egységen.

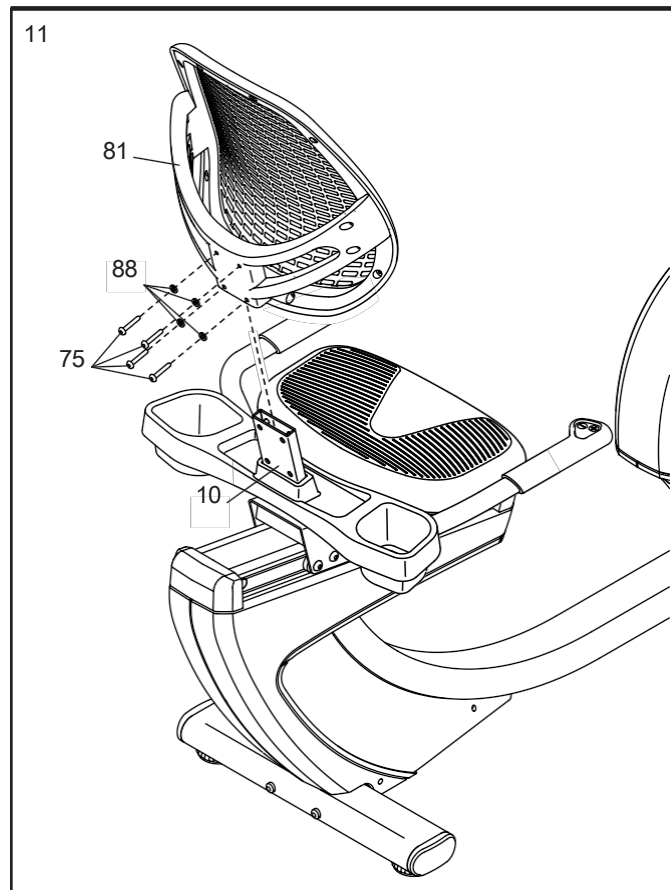
Lásd a mellékelt rajzot. Forgassa el a csatlakozót a vezetéken (E) úgy, hogy a "V" alakú bemélyedés (F) alul van.

Ezután dugja be a vezetékét (E) teljesen a vezérlőcsatlakozóba (42) az edzőkerékpár bal oldalán.



11. Csúsztassa a háttámla keretét (81) az üléskeretre (10).

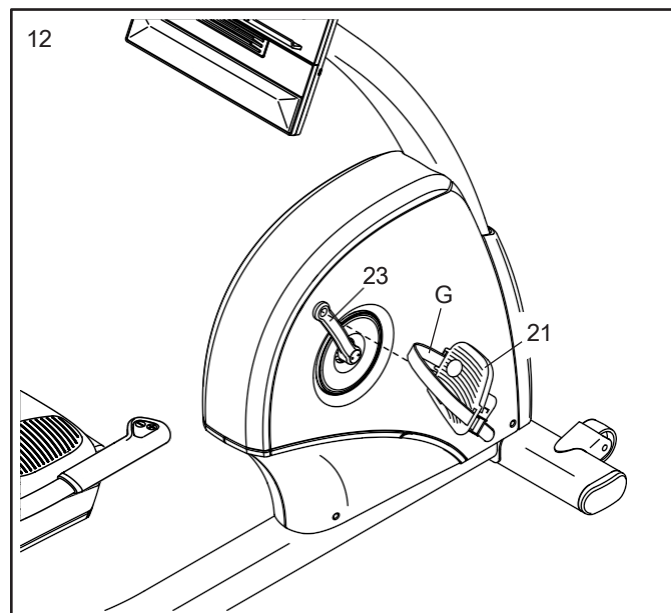
Rögzítse a háttámla keretét (81) négy M6 x 30 mm-es csavarral (75) és négy M6 x 30 mm-es csavarral (75) alátéteket (88); **indítsa el mind a négy csavart, majd húzza meg őket.**



12. A jobb pedál azonosítása (21). Az ujjai segítségével fordítsa a jobb pedált körülbelül félig a jobb forgattyúkarba (23). Ezután egy állítható csavarkulccsal **ERŐSEN MEGHÚZZA** a jobb pedált.

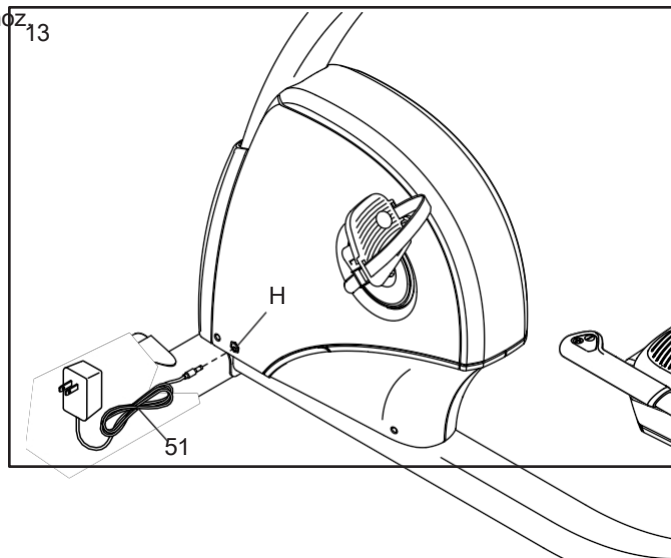
Ismételje meg ezt a lépést a bal oldali pedállal (nem látható). FONTOS: A bal oldali pedált a rögzítéshez ellentétes irányban kell elfordítania.

A pedálhevederek (G) beállításához lásd: **HOGYAN BEÁLLÍTHATJA A PEDÁLVASZÍNEKET** a 13. oldalon.



13. Csatlakoztassa a hálózati adaptert (51) a csatlakozóaljzathoz (H) az edzőkerékpár bal oldalán.

Megjegyzés: A hálózati adapter (51) konnektorba történő csatlakoztatásához lásd: HOGYAN DUGJA BE A TÁPADAPTORT A 13. oldalon.



14. Miután összeszerelte az edzőkerékpárt, ellenőrizze, hogy helyesen van-e összeszerelve, hogy megfelelően működik-e. Győződjön meg arról, hogy minden alkatrész megfelelően meg van-e húzva, mielőtt használná az edzőkerékpárt. Lehet, hogy extra alkatrészek is tartozhatnak a készülékhez. A padló védelme érdekében helyezzen szőnyeget az edzőkerék alá.

HOGYAN KELL HASZNÁLNI A KERÉKPÁRT

A HÁLÓZATI ADAPTER CSATLAKOZTATÁSA

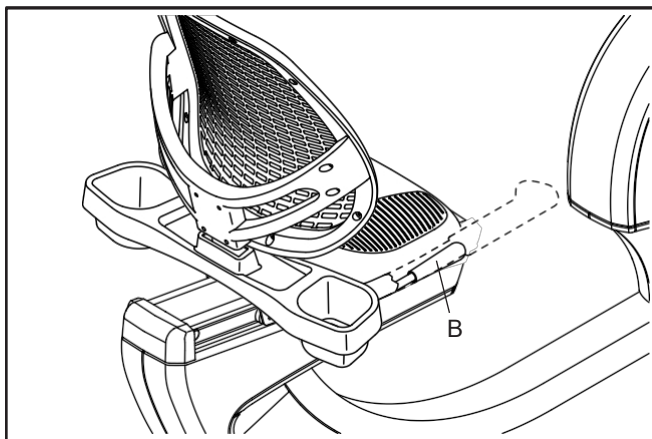
FONTOS: Ha az edzőkerékpár hideg hőmérsékletnek volt kitéve, hagyja, hogy felmelegedjen, mielőtt csatlakoztatja a hálózati adaptert (A). Ha ezt nem teszi meg, károsíthatja a konzol kijelzőit vagy más elektronikus alkatrészeket.

Csatlakoztassa a hálózati adaptert (A) az edzőkerékpár elején lévő csatlakozóba. Ezután csatlakoztassa a hálózati adaptert egy megfelelő konnektorba, amely megfelelően van felszerelve.

az összes helyi szabálynak és rendeletnek megfelelően.

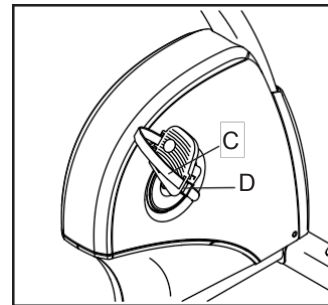
AZ ÜLÉS BEÁLLÍTÁSA

Az ülés előre vagy hátraállításához nyomja lefelé az ülés fogantyúját (B), csúsztassa az ülést a kívánt pozícióba, majd húzza felfelé az ülés fogantyúját az ülés rögzítéséhez.



A PEDÁLSZÍJAK BEÁLLÍTÁSA

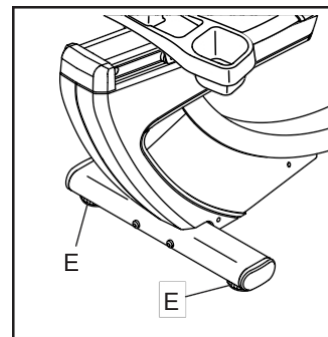
A pedálszija (C) meghúzásához húzza lefelé a szija végét. A pedál lazításához a hevedert, nyomja meg a fület (D), és húzza felfelé a hevedert.



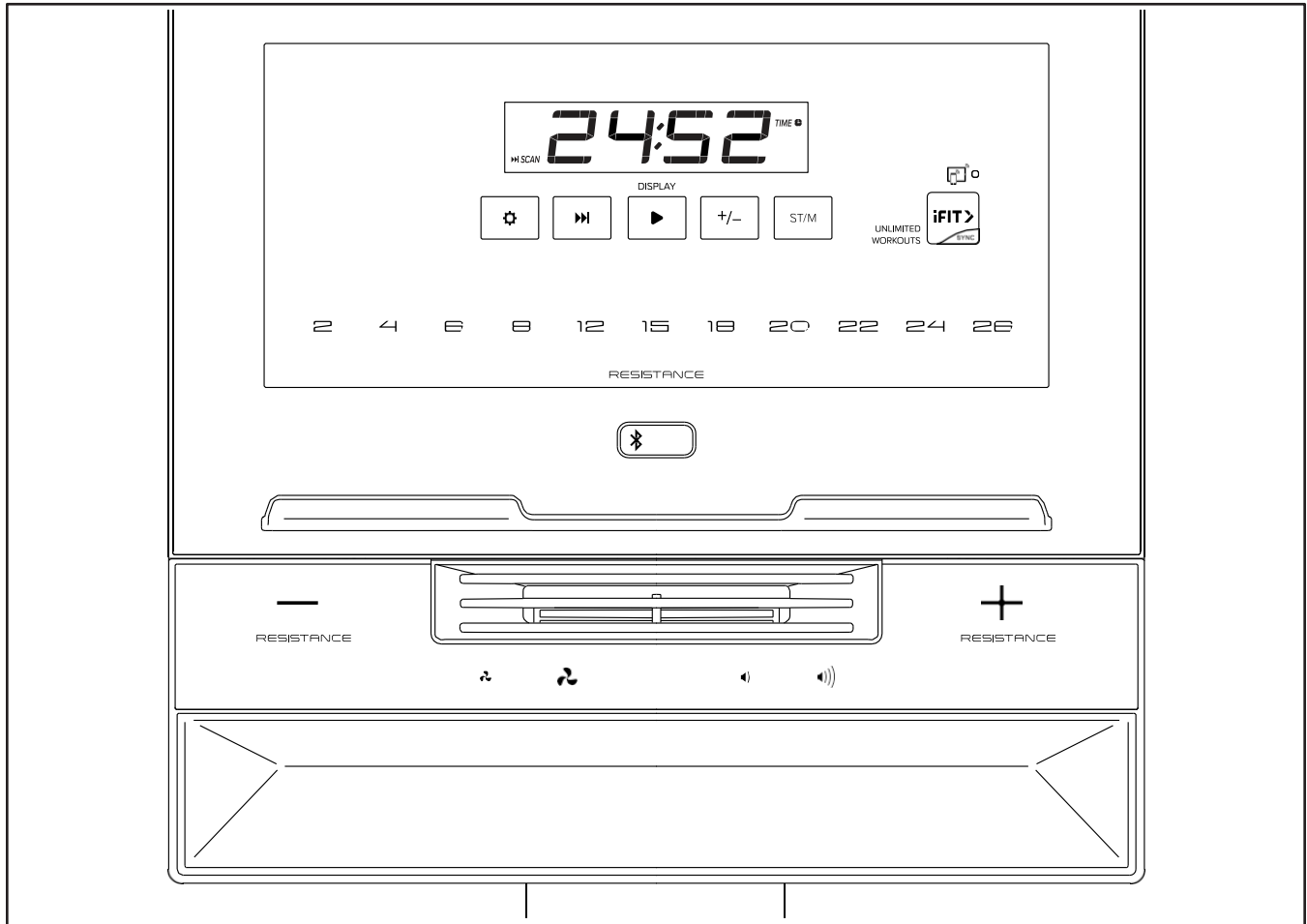
HOGYAN KELL KIEGYENLÍTENI AZ EDZŐKERÉKPÁRT

Ha az edzőkerékpár használat közben kissé billeg a padlón, fordítsa el az egyik vagy mindkét szintező lábat (E) a padló alatt.

a hátsó stabilizátort, amíg a billegő mozgás meg nem szűnik.



A KONZOL HASZNÁLATA



A KONZOL JELLEMZŐI

A konzol számos olyan funkciót kínál, amelyek célja, hogy hatékonyabbá és élvezetesebbé tegye az edzéseket.

Ha a konzol kézi üzemmódját használja, egy gombnyomással változtathatja a pedálok ellenállását. Edzés közben a konzol folyamatos edzés-visszacsatolást jelenít meg. Ha kompatibilis pulzusmérőt használ (lásd a 21. oldalt), még a pulzusszámát is mérheti.

A konzol vezeték nélküli technológiával is rendelkezik, amely lehetővé teszi a konzol csatlakoztatását az iFIT®. Az iFIT alkalmazással választhat a funkciókat tartalmazó edzések váltakozó választékából, amelyek automatikusan szabályozzák a pedálok ellenállását, miközben az iFIT-edzők végigvezetik Önt az intenzív edzéseken.

Az iFIT előfizetéssel hozzáférhet a több ezer cél- és stúdióedzésből álló nagy és változatos könyvtárhoz, létrehozhatja saját edzéseit, nyomon követheti edzéseredményeit, és számos más funkcióhoz is hozzáférhet.

A konzol töltőportját használhatja USB-C kompatibilis eszközeinek edzés közbeni töltésére is (lásd a 20. oldalt).

A kézi üzemmód használatához lásd a 15. oldalt. Az iFIT edzés használatához lásd a 17. oldalt. A konzol

beállításainak megváltoztatásához lásd a 18. oldalt.

Megjegyzés: Ha a kijelzőn egy műanyag lap van, távolítsa el a műanyagot.

A KÉZI ÜZEMMÓD HASZNÁLATA

1. Kapcsolja be a konzolt.

A konzol bekapcsolásához nyomja meg a konzol bármelyik gombját, vagy egyszerűen kezdjen el pedálozni.

2. Készülj fel az edzésre. A

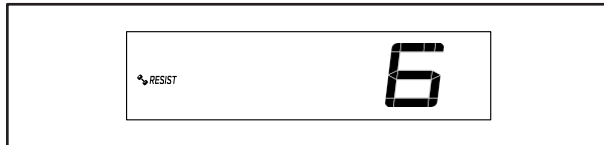
ventilátor használatához lásd

a 20. oldalt.

A hangrendszer használatához lásd a 20. oldalt.

3. Módosítsa a pedálok ellenállását tetszés szerint.

A pedálok ellenállásának edzés közbeni megváltoztatásához nyomja meg az egyik számozott Ellenállás gombot, vagy nyomja meg az Ellenállás növelés és csökkentés gombokat.



Megjegyzés: A gomb megnyomása után a pedáloknak egy pillanatra tart, amíg eléri a kiválasztott ellenállási szintet.

4. Kövesse a haladást a kijelzőn.

A kijelzőn a következő edzésinformációk jeleníthetők meg:

Kalóriák (CAL)- Az elégetett kalóriák hozzávetőleges száma.

Kalóriák óránként (CAL/HR) - Az óránként elégetett kalóriák hozzávetőleges száma.

Távolság (MI vagy KM)-A megtett távolság mérföldben vagy kilométerben. A mértékegység megváltoztatásához nyomja meg az St/M gombot.

Pace - a pedálozási sebesség per/mérföldben vagy per/kilométerben. A mértékegység megváltoztatásához nyomja meg az St/M gombot.

Pulzus (BPM és szív szimbólum)-A szívritmusa, ha kompatibilis pulzusmérő készüléket használ (lásd a 21. oldalt).

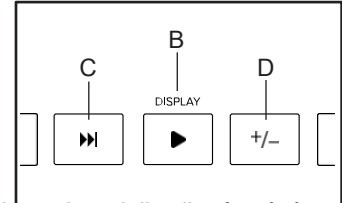
Ellenállás (RESIST)-A pedálok ellenállási szintje.

RPM - A pedálozási sebesség percenkénti fordulatszámában (RPM).

Sebesség (MPH vagy KPH)-A pedálozási sebesség mérföld/órában vagy kilométer/órában. A mértékegység megváltoztatásához nyomja meg az St/M gombot.

Idő - Az eltelt idő.

Nyomja meg ismételten a kijelző gombot (B), hogy a kívánt edzésinformációkat megjelenítse a kijelzőn.



Pásztázó üzemmód - A konzol rendelkezik pásztázó üzemmóddal is, amely az edzésinformációkat ismétlődő ciklusban jeleníti meg. A letapogatás üzemmód bekapcsolásához nyomja meg a Letapogatás gombot (C); a kijelzőn bekapcsol a letapogatás kijelző (E) és a SCAN szó.



A letapogatási ciklus kézi előrehaladásához nyomja meg többször a Letapogatás gombot (C).

A pásztázási üzemmód kikapcsolásához nyomja meg a kijelző gombot (B); a pásztázási kijelző és a SCAN szó kikapcsol.

A keresési módot úgy is testre szabhatja, hogy az ismétlődő ciklusban csak a kívánt edzésinformációkat jelenítse meg.

A keresési mód testreszabásához

először nyomja meg a Kijelzés gombot (B) addig ismétlje, amíg a hozzáadni kívánt vagy eltávolítani kívánt edzésinformációkat el nem távolítja.

a kijelzőn megjelenik a beolvasási ciklusból.

Ezután nyomja meg az Add/Remove gombot (D) az

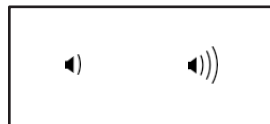
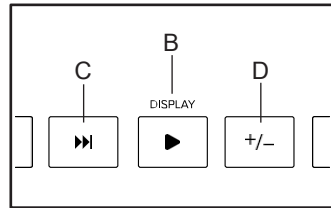
adott edzésinformáció hozzáadásához vagy eltávolításához a beolvasási ciklusból. Amikor

edzésinformáció hozzáadásra kerül, a bekapcsol a kijelző jelzője. Ha az edzésinformáció eltávolításra kerül, a kijelzője kialszik.

Ezután nyomja meg a Scan gombot (C) a keresési mód bekapcsolásához.

Megjegyzés: A konzol automatikusan megjeleníti a pulzusszámot a letapogatási ciklusban, amikor pulzust érzékel egy kompatibilis pulzuszámolóval.

A konzol hangerejének módosításához nyomja meg a hangerő növelő és csökkentő gombokat.



5. Szüneteltesse vagy fejezze be az edzést.

Az edzés szüneteltetéséhez egyszerűen állítsa le a pedálozást. Amikor az edzés szünetel, az idő villogni fog a kijelzőn. Az edzés folytatásához egyszerűen folytassa a pedálozást.

Az edzés befejezéséhez egyszerűen hagyja abba a pedálozást, és várjon néhány percet, amíg a konzol kijelzője visszaáll.

6. Ha befejezte az edzést, a konzol automatikusan kikapcsol.

Ha a pedálokat nem mozgatja, és a konzol gombjait néhány másodpercig nem nyomja meg, a konzol szünetelni fog.

Ha a pedálokat nem mozgatja, és a konzol gombjait néhány percig nem nyomja meg, a konzol automatikusan kikapcsol.

Megjegyzés: A konzol rendelkezik egy demó üzemmóddal, amelyet akkor lehet használni, ha az edzőkerékpár egy üzletben kerül bemutatásra. Ha a demó üzemmód be van kapcsolva, a konzol nem kapcsol ki, és a kijelző nem áll vissza, amikor befejezi az edzést. A demó üzemmód kikapcsolásához lásd: HOGYAN VÁLTOZHATJA MEG A KONZOLT BEÁLLÍTÁSOK a 18. és 19. oldalon.

HOGYAN KELL HASZNÁLNI AZ iFIT EDZÉST

A konzol hozzáférést biztosít az iFIT edzések nagy és változatos könyvtárához, ha letölti az iFIT alkalmazást az okoseszközére, és csatlakoztatja azt a konzolhoz.

Megjegyzés: A konzol támogatja a Bluetooth® kapcsolatot az intelligens eszközökkel az iFIT alkalmazáson keresztül és a kompatibilis pulzusmérőkkel. Más Bluetooth-kapcsolatok nem támogatottak.

1. Töltse le és telepítse az iFIT alkalmazást az okoseszközére.

Az iOS® vagy Android™ okoseszközén nyissa meg az App StoreSM vagy a Google Play™ áruházat, keresse meg az ingyenes iFIT alkalmazást, majd telepítse az alkalmazást az okoseszközére. **Győződjön meg róla, hogy az okoseszközén engedélyezve van a Bluetooth opció.**

Ezután nyissa meg az iFIT alkalmazást, és kövesse az iFIT-fiók létrehozásához és a beállítások testreszabásához szükséges utasításokat.

Szánjon időt az iFIT alkalmazás felfedezésére, és meg annak funkcióit és beállításait.

2. Készülj fel az edzésre. A

ventilátor használatához lásd

a 20. oldalt.

A hangrendszer használatához lásd a 20. oldalt.

Az opcionális pulzusmérő használatához lásd a 21. oldalt. Megjegyzés: Ha a pulzusmérő és az intelligens eszközt is a konzolhoz csatlakoztatja, **akkor a pulzusmérőjét monitort, mielőtt csatlakoztatná az intelligens eszközt.**

3. Csatlakoztassa okoseszközét a konzolhoz.

Nyomja meg a konzolon az iFIT Sync gombot; a kijelzőn megjelenik a konzol párosítási száma. Ezután kövesse az iFIT alkalmazás utasításait az okoseszköz és a konzol összekapcsolásához.

Ha a kapcsolat létrejött, a konzolon lévő LED kijelző kék színűre vált, vagy a kijelzőn megjelenik a Bluetooth szimbólum.

4. Válasszon ki egy iFIT edzést.

Az iFIT alkalmazásban érintse meg a képernyő alján lévő gombokat a kezdőképernyő (Kezdőlap gomb) vagy az edzésekönyvtár (Tallózás gomb) kiválasztásához.

Az edzés kiválasztásához a kezdőképernyőről vagy az edzésekönyvtárból egyszerűen érintse meg a kívánt edzés gombját a képernyőn. A képernyő csúsztatásával vagy pöccintésével szükség szerint görgetheti a képernyőt.

Amikor kiválaszt egy edzést, a képernyőn megjelenik az edzés áttekintése, amely olyan részleteket tartalmaz, mint az edzés időtartama és távolsága, valamint az edzés során elégetett kalóriák hozzávetőleges száma.

5. Kezdje el az edzést.

Az edzés elindításához érintse meg az *Edzés indítása* gombot.

Egyes edzések egy iFIT-edző végigvezeti Önt egy magával ragadó videóedzésen. Érintse meg a képernyőt bármely nyitott területen a zene, az edző hangja és a hangerő beállításainak megtekintéséhez és kiválasztásához az edzéshez.

Egyes edzések során a képernyőn megjelenik az útvonal térképe és az Ön haladását jelző jelölés. Érintse meg a képernyőn lévő gombokat a kívánt térképopciók kiválasztásához.

Ha az edzés aktuális szegmensének ellenállás-beállítása túl magas vagy túl alacsony, a konzolon lévő Ellenállás gombok megnyomásával manuálisan felülbíráhatja a beállítást.

Az edzés programozott való visszatéréshez érintse meg a *Follow Trainer (Edző követése)* gombot.

Megjegyzés: Az edzés leírásában feltüntetett kalóriacél az edzés során elégetendő kalóriák becsült száma. A ténylegesen elégetett kalóriák száma különböző tényezőktől, például a testsúlyától függ. Ezenkívül, ha manuálisan módosítja a ellenállás szintje az edzés során, az elégetett kalóriák száma is befolyásolja.

6. Szüneteltesse vagy fejezze be az edzést.

Az edzés szüneteltetéséhez egyszerűen érintse meg a képernyőt vagy hagyja abba a pedálozást. Az edzés folytatásához egyszerűen folytassa a pedálozást.

Az edzés befejezéséhez érintse meg a képernyőt az edzés szüneteltetéséhez, majd kövesse a megjelenő utasításokat az edzés befejezéséhez és a kezdőképernyőre való visszatéréshez.

Amikor az edzés véget ér, a képernyőn megjelenik az edzés összefoglalója. Kívánság szerint olyan opciókat választhat, mint például az edzés hozzáadása az ütemtervhez vagy az edzés hozzáadása a kedvencek listájához.

Ezután érintse meg a *Befejezés* gombot a kezdőképernyőre való visszatéréshez.

7. Távolítsa el az intelligens eszközt a konzolról.

Ha szeretné leválasztani az intelligens eszközt a konzolról, először válassza ki a leválasztás opciót az iFIT alkalmazásban.

Ezután nyomja meg és tartsa lenyomva a konzolon lévő iFIT Sync gombot, amíg a konzolon lévő LED kijelző zöldre nem vált, vagy a Bluetooth szimbólum el nem tűnik a kijelzőről.

Megjegyzés: A konzol és más eszközök (beleértve az intelligens eszközöket, pulzusmérőket stb.) közötti minden Bluetooth-kapcsolat megszakad.

6. Ha befejezte az edzést, a konzol automatikusan kikapcsol.

Lásd a 6. lépést a 16. oldalon.

A KONZOL BEÁLLÍTÁSAINAK MÓDOSÍTÁSA

1. Válassza ki a beállítási módot.

A beállítási mód kiválasztásához nyomja meg a Beállítások gombot. A kijelzőn megjelenik az első beállítási képernyő.

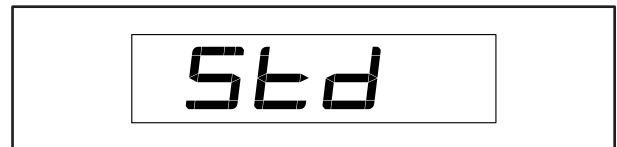
2. Navigáljon a beállítási módban.

A beállítási mód kiválasztása közben számos beállítási képernyőn navigálhat. Nyomja meg többször a Display gombot a kívánt beállítási képernyő kiválasztásához.

3. Módosítsa a beállításokat a kívánt módon.

Szoftververzió száma - A kijelzőn megjelenik a szoftver verziószáma.

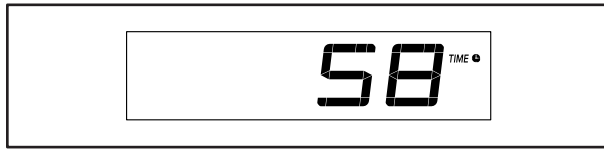
Mérési egység - Az aktuálisan kiválasztott mértékegység jelenik meg a kijelzőn. A konzol a sebességet és a távolságot szabványos vagy metrikus mértékegységben is megjelenítheti. A mértékegység megváltoztatásához nyomja meg ismételten az St/M gombot. Az edzésinformációk szabványos mértékegységekben történő megjelenítéséhez válassza a STD. Az edzésinformációk metrikus mértékegységekben történő megjelenítéséhez válassza a MET lehetőséget.



Display Test (Kijelzőteszt) - Ezt a képernyőt a szerviztechnikusok arra használják, hogy megállapítsák, hogy a kijelző megfelelően működik-e.

Gombteszt - Ezt a képernyőt a szerviztechnikusok arra használják, hogy megállapítsák, hogy egy adott gomb megfelelően működik-e.

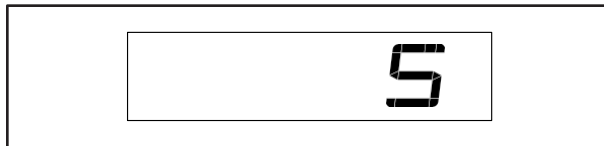
Teljes idő - A kijelzőn megjelenik a TIME szó. A kijelzőn megjelenik az edzőkerékpár használatának teljes óraszám.



Teljes távolság - a kijelzőn a MI vagy a KM betűk jelennek meg. A kijelzőn megjelenik a teljes távolság (mértékben vagy kilométerben), amelyet az edzőkerékpár pedálozott.



Kontraszt fokozat - A kijelzőn megjelenik az aktuálisan kiválasztott kontraszt fokozat. Nyomja meg az Ellenállás növelő és csökkentő gombokat a kontrasztszint beállításához.



Demo mód - A kijelzőn megjelenik az aktuálisan kiválasztott demo mód opció. A konzol rendelkezik egy demo üzemmóddal, amelyet arra az esetre terveztek, ha az edzőkerékpár egy üzletben kerül bemutatásra. Ha a demo üzemmód be van kapcsolva, a konzol nem válik inaktívvá, és a kijelző nem áll vissza, amikor befejezi az edzést. Nyomja meg többször az Ellenállás növelés gombot a demo üzemmód opció kiválasztásához. A demo üzemmód bekapcsolásához válassza a DON lehetőséget. A demo üzemmód kikapcsolásához válassza a DOFF lehetőséget.



4. Kilépés a beállítási módból.

Nyomja meg a Beállítások gombot a beállítási módból való kilépéshez.

HOGYAN KELL HASZNÁLNI A TÖLTŐPORTOT

A konzol rendelkezik egy töltőporttal, amellyel edzés közben

töltheti az USB-C kompatibilis eszközöket, például okostelefonokat és táblagépeket.

A töltőport használatához csatlakoztasson egy USB-C töltőkábelt (nem tartozék) a konzol jobb található töltőportba és az eszközén lévő csatlakozóba; győződjön meg róla, hogy az USB-C töltőkábel teljesen be van dugva. Megjegyzés: A töltőport nem adatok megtekintésére vagy átvitelére, illetve zenelejátszásra a

konzol hangrendszer.

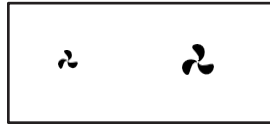
A VENTILÁTOR HASZNÁLATA

A ventilátor több sebességfokozattal rendelkezik, beleértve az automatikus üzemmódot is.

Amíg az automatikus üzemmód van kiválasztva, a ventilátor fordulatszáma automatikusan

a pedálozási sebesség növekedésével vagy csökkenésével nő vagy csökken. A ventilátor sebességének kiválasztásához vagy a ventilátor kikapcsolásához nyomja meg többször a konzolon lévő ventilátor növelő és csökkentő gombokat.

Megjegyzés: Ha a pedálokat egy ideig nem mozgatja a kezdőképernyő kiválasztásakor, a ventilátor automatikusan kikapcsol.



A HANGRENDSZER HASZNÁLATA

1. Győződjön meg róla, hogy a készülék Bluetooth beállítása be van kapcsolva, és tartsa a készüléket a konzol közelében.

2. Nyomja meg és tartsa lenyomva 3 másodpercig a Bluetooth Audio gombot a konzolon.

Egy hangjelzés hallatszik, a Bluetooth gomb villogni kezd, jelezve, a konzol párosítási üzemmódba lépett.

3. Párosítsa a készüléket a konzollal.

Ha a készülék és a konzol párosítása sikeresen, a készülék hangja a konzolon keresztül fog lejátszódni.

hangszórók. A hangerő beállításához nyomja meg a konzolon lévő hangerő növelő és csökkentő gombokat, vagy használja a hangerőszabályzót a személyes audio lejátszóján.



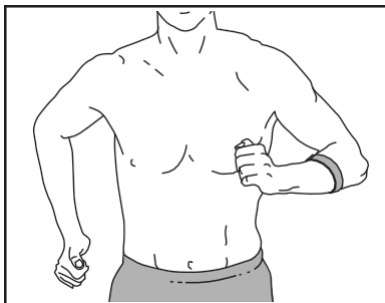
Megjegyzés: A konzol több eszközt is el tud menteni a memóriájában. Ha korábban már párosította készülékét a konzollal, akkor egyszerűen megnyomhatja a Bluetooth Audio gombot, hogy csatlakoztassa készülékét a konzolhoz.

4. Szükség esetén törölje a konzol eszközmemóriáját.

Ha a konzol memóriájába mentett összes Bluetooth-kompatibilis eszközt törölni szeretné, nyomja meg és tartsa lenyomva a Bluetooth Audio gombot 10 másodpercig.

AZ OPCIONÁLIS PULZUSMÉRŐ HASZNÁLATÁNAK MÓDJA

Akár a zsírégetés, akár a szív- és érrendszer erősítése a cél, a legfontosabb, hogy a legjobb eredmények eléréséhez az, hogy fenntartsuk a megfelelő pulzusszámot az edzések során. Az opcionális



A pulzusmérő lehetővé teszi, hogy edzés közben folyamatosan nyomon kövesse a pulzusszámát, így segítve Önt személyes fitnesscéljai elérésében. Az opcionális pulzusmérő megvásárlásához lásd az elülső oldalon.

a kézikönyv borítóján.

A konzol kompatibilis az összes Bluetooth® Smart pulzusmérővel.

A Bluetooth Smart pulzusmérő csatlakoztatásához nyomja meg a konzolon lévő iFIT Sync gombot; a konzol párosítási száma megjelenik a kijelzőn.

kijelző. Ha a pulzusmérő csatlakoztatva van, a konzolon lévő LED kétszer pirosan villog. Megjegyzés: Ha több kompatibilis pulzusmérő van a konzol közelében, a konzol a legerősebb jelet adó pulzusmérőhöz csatlakozik.

Ha szeretné leválasztani a pulzusmérőjét a konzolról, nyomja meg és tartsa lenyomva az iFIT Sync gombot a konzolon, amíg a konzol LED-je zöldre nem vált.

Megjegyzés: A konzol és más eszközök (beleértve az intelligens eszközöket, pulzusmérőket stb.) közötti minden Bluetooth-kapcsolat megszakad.

KARBANTARTÁS ÉS HIBAEELHÁRÍTÁS

KARBANTARTÁS

A rendszeres karbantartás fontos az optimális teljesítmény és a kopás csökkentése érdekében. Minden egyes alkalommal, amikor az edzőkerékpárt használja, ellenőrizze és megfelelően húzza meg az összes alkatrészt.

Az elhasználódott alkatrészeket azonnal cserélje ki. Csak a gyártó által szállított alkatrészeket használjon.

Az edzőkerékpár tisztításához használjon nedves ruhát és kevés enyhe szappant. **FONTOS:** A konzol károsodásának elkerülése érdekében tartsa távol a folyadékokat a konzoltól, és tartsa a konzolt a közvetlen napfénytől távol.

PEDÁL KARBANTARTÁSA

Heti rendszerességgel húzza meg a pedálokat. A jobb pedált az óramutató járásával megegyező irányban, a bal pedált az óramutató járásával ellentétesen húzza meg.

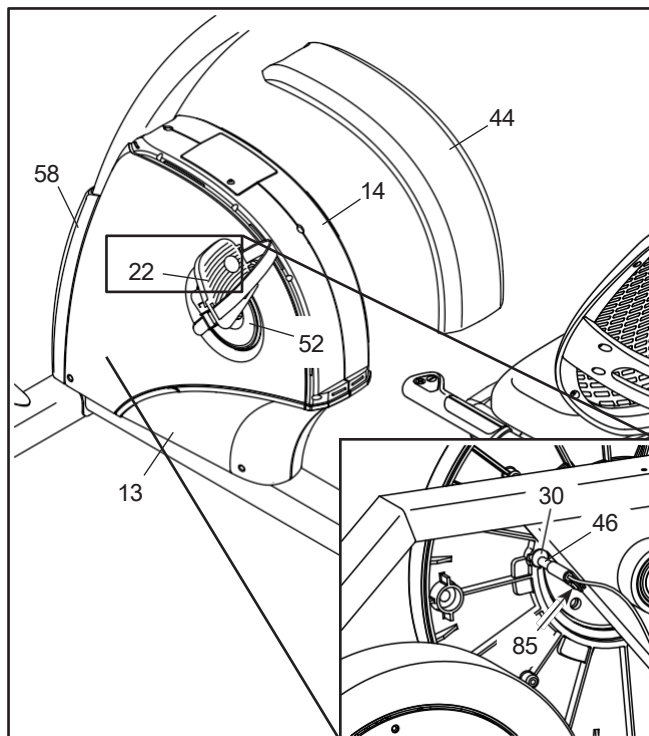
HIBAEELHÁRÍTÁS

Sok probléma megoldható az ebben a szakaszban leírt egyszerű lépésekkel. Ha további segítségre van szükség, kérjük, tekintse meg a kézikönyv elülső borítóját.

A REED-KAPCSOLÓ BEÁLLÍTÁSA

Ha a konzol nem mutat helyes visszajelzést, akkor a reed-kapcsolót kell beállítani. A reed-kapcsoló beállításához először húzza ki a hálózati adaptert.

Lásd a jobb oldali rajtot. Egy állítható csavarkulccsal fordítsa el a bal oldali pedált (22) az óramutató járásával megegyező irányba, és vegye ki. Ezután egy szabványos csavarhúzóval óvatosan feszítse ki a pajzskorongot (52) a bal első pajzsból (13).



Ezután óvatosan szedje le a felső pajzsot (44) és az elülső pajzsot (58) az edzőkerékpárról. Ezután távolítsa el az összes csavart (nem látható) a bal és a jobb első pajzsból (13, 14); figyeljen arra, hogy melyik csavart távolítsa el az egyes lyukakból. Ezután óvatosan távolítsa el a bal első pajzsot.

Ezután keresse meg a Reed-kapcsolót (46). Nyomja meg a bal pedált

(22) körbe, amíg a csigamágnes (30) a nádkapcsolóhoz igazodik. Ezután lazítsa meg a jelzett M4 x 19 mm-es Tek csavarokat (85), csúsztassa a Reed kapcsolót kissé közelebb vagy távolabb a csigamágneshez, majd húzza meg újra a csavarokat.

Csatlakoztassa a hálózati adaptert, és egy pillanatra nyomja meg a pedálokat. Ismétlje meg ezeket a műveleteket, amíg a konzol helyes visszajelzést nem mutat. Ha a reed-kapcsoló megfelelően be van állítva, húzza ki a hálózati adaptert, és illessze vissza az eltávolított alkatrészeket.

KONZOL HIBAELHÁRÍTÁS

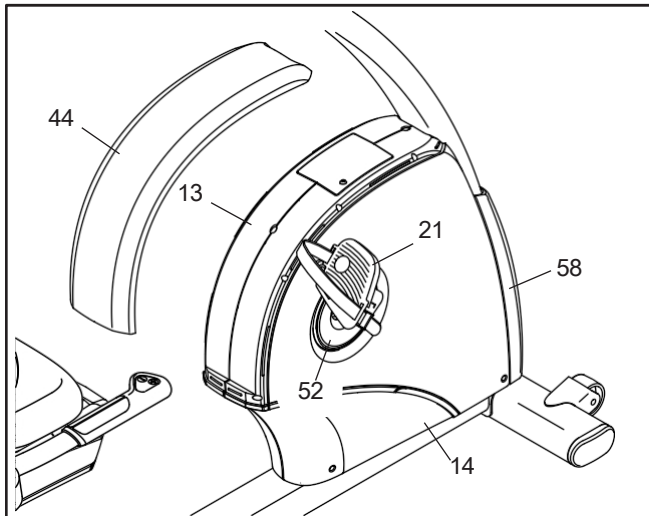
Ha a konzol nem kapcsol be, ellenőrizze, hogy a hálózati adapter teljesen be van-e dugva.

Ha cseré hálózati adapterre van szükség, annak beszerzéséhez lásd a 23. oldalon található **HIBAKEZELÉS** című részt. **FONTOS: A konzol károsodásának elkerülése érdekében csak a gyártó által biztosított szabályozott hálózati adaptert használjon.**

A MEGHAJTÓSÍJ BEÁLLÍTÁSA

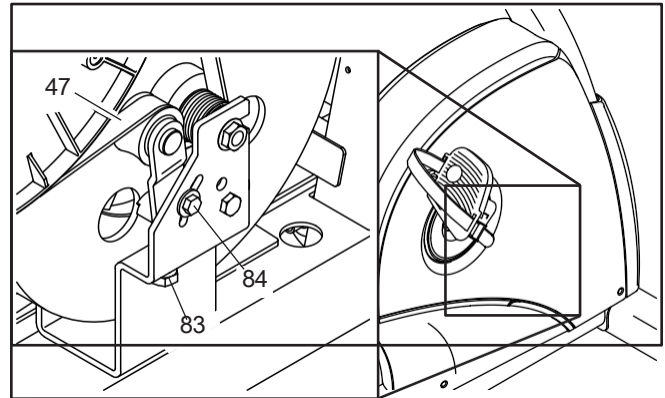
Ha a pedálok pedálozás közben csúsznak, akkor a meghajtósíjat lehet, hogy be kell állítani. A meghajtósíj beállításához először **húzza ki a hálózati adaptert.**

Ezután egy állítható csavarkulccsal fordítsa el a jobb pedált. (21) az óramutató járásával ellentétes irányban, és távolítsa el. Ezután egy szabványos csavarhúzóval óvatosan szedje ki a pajzskorongot (52) a jobb első pajzsból (14).



Ezután egy szabványos csavarhúzóval óvatosan szedje le a felső pajzst (44) és az első pajzst (58) a gyakorló kerékpárról. Ezután távolítsa el az összes csavart (nem látható) a bal és a jobb első pajzsról (13, 14); figyeljen arra, hogy melyik csavart távolítsa el az egyes lyukakból. Ezután óvatosan távolítsa el a jobb első pajzst.

Ezután lazítsa meg az M6 x 20 mm-es hatlapú csavart (84). Ezután húzza meg az M10 x 50 mm-es hatlapú csavart (83), amíg a meghajtósíj (47) meg nem feszül. Amikor a meghajtósíj feszes, húzza meg az M6 x 20 mm-es hatlapú csavart.



Ha a meghajtósíj megfelelően be van állítva, illessze vissza az eltávolított alkatrészeket.




GYAKORLAT IRÁNYMUTATÁSOK

FIGYELMEZTETÉS: Mielőtt

elkezdén ezt vagy bármilyen más edzésprogramot, konzultáljon orvosával.

EDZÉSINTENZITÁS

Akár a zsírégetés, akár a szív- és erősítése a cél, a megfelelő intenzitású edzés a kulcs az eredmények eléréséhez. A megfelelő intenzitási szint megtalálásához a pulzusszámot használhatja útmutatóként. Az alábbi táblázat a zsírégetéshez és az aerob edzésekhez ajánlott pulzusszámokat mutatja.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
<hr/>							
20	30	40	50	60	70	80	

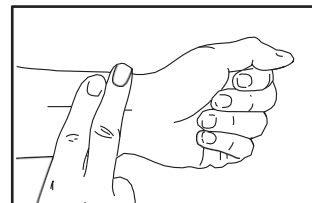
A megfelelő intenzitási szint megtalálásához keresse meg az életkorát a táblázat alján (az életkorokat a legközelebbi tíz évre kerekítjük). Az életkorod felett felsorolt három szám határozza meg az "edzési zónát". A legalacsonyabb szám a zsírégetéshez szükséges pulzusszám, a középső szám a maximális zsírégetéshez szükséges pulzusszám, a legmagasabb szám pedig az aerob edzéshez szükséges pulzusszám.

Zsírégetés - A hatékony zsírégetéshez alacsony intenzitással kell edzenie tartósan. Az edzés első néhány percében a szervezet szénhidrátkalóriákat használ fel energiaként. Csak az edzés első néhány perce után kezd el a szervezet a tárolt zsírkalóriákat energiaként felhasználni. Ha a zsírégetés a cél, akkor az edzés intenzitását addig állítsa be, amíg a pulzusszáma a legalacsonyabb érték közelében van a edzési zóna. A maximális zsírégetés érdekében eddz úgy, hogy a pulzusszámod az edzési zónád középső értékének közelében legyen.

Aerob edzés - Ha a szív- és érrendszer erősítése a cél, akkor aerob edzést kell végeznie, ami olyan tevékenység, amely nagy mennyiségű oxigént igényel hosszabb ideig. Az aerob edzéshez állítsa be az edzés intenzitását addig, amíg a pulzusszáma az edzési zóna legmagasabb értékének közelében van.

HOGYAN MÉRJÜK A PULZUSSZÁMOT

A pulzusszám méréséhez legalább négy percig gyakoroljon. Ezután hagyja abba az edzést, és helyezze két ujját a csuklóján a képen látható módon. Vegyünk egy hat másodperces szívverésszámlálást, és szorozzuk meg a az eredményt 10-zel, hogy megkapd a pulzusszámodat. , ha a hat másodperces szívverésszám 14, akkor a pulzusszáma 140 ütés percenként.



EDZÉSI IRÁNYELVEK

Bemelegítés - Kezdje 5-10 perces nyújtással és könnyű testmozgással. A bemelegítés növeli a testhőmérsékletet, a pulzusszámot és a keringést a testmozgásra való felkészülés érdekében.

Edzési zónás edzés - 20-30 percig **végezz** edzéseket úgy, hogy a pulzusszáma az edzési zónában legyen. (Az edzésprogram első néhány hetében ne tartsa a pulzusszámot 20 percnél tovább az edzési zónában). Edzés lélegezzen rendszeresen és mélyen; soha ne tartsa vissza a lélegzetét.

Lehülés - Befejezésként 5-10 perc nyújtás. A nyújtás növeli az izmok rugalmasságát és segít megelőzni az edzés utáni problémákat.

EDZÉS GYAKORISÁGA

Állapotának fenntartásához vagy javításához végezzon hetente három edzést, az edzések között legalább egy nap pihenőidővel. Néhány hónap rendszeres edzés után, ha kívánja, akár heti öt edzést is végezhet. Ne feledje, a siker kulcsa, hogy a testmozgást a mindennapi élet rendszeres és élvezetes részévé tegye.

JAVASOLT NYÚJTÁSOK

Több alapnyújtás helyes formája a jobb oldalon látható. Lassan mozogjon nyújtás közben; soha ne ugráljon.

1. Lábujjérintéses nyújtás

Álljon enyhén behajlított térdekkel, és csípőből lassan hajoljon előre. Hagyja, hogy a háta és a vállai ellazuljanak, miközben a lábujjai felé nyúl, amennyire csak lehet. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismétlje meg 3-szor. Nyújtások: Combizom, térd hátsó része és hát.

2. Hátsócomb nyújtás

Üljön le kinyújtott lábbal. Hozza a másik lábfej talpát maga felé, és támassza azt a nyújtott láb belső combjához. Nyúljon a lábujjai felé, amennyire csak lehet. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismétlje meg 3-szor mindkét lábával. Nyújtások: Combizom, hát alsó része és ágyék.

3. Vádli/Achilles nyújtás

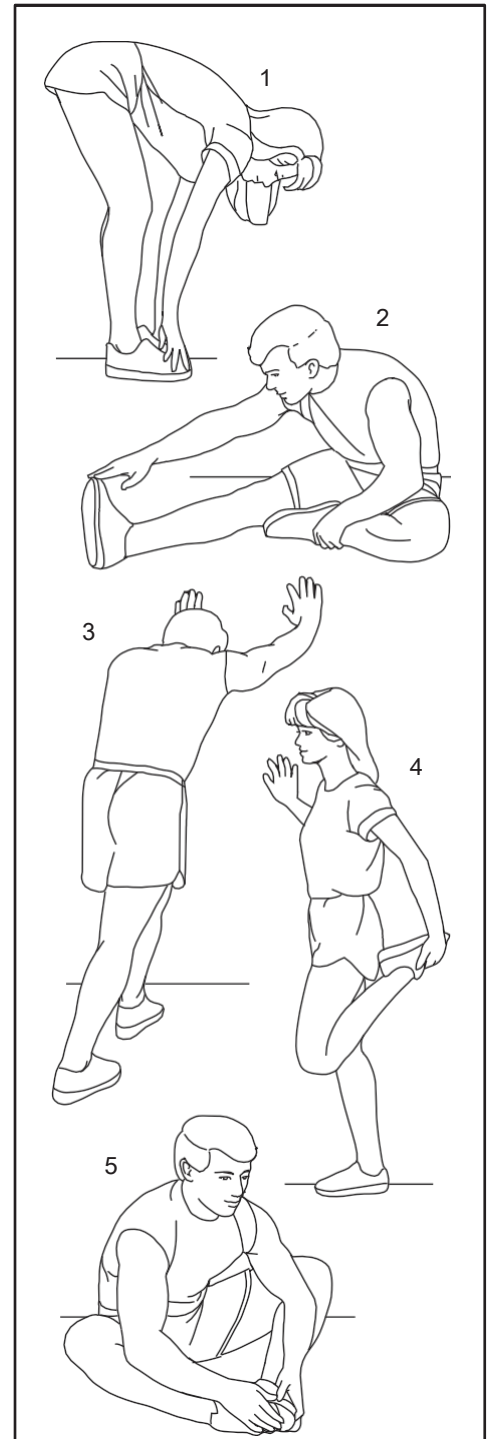
Egyik lábát a másik elé téve nyúljon előre, és tegye a kezét a falnak. Tartsa egyenesen a hátsó lábát és a hátsó lábát laposan a padlón. Hajlítsa be az elülső lábát, hajoljon előre, és mozgassa a csípőjét a fal felé. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismétlje meg 3-szor mindkét lábával. Az achilles-ín további nyújtásához hajlítsa be a hátsó lábát is. Nyújtások: Vádli, achilles-ín és boka.

4. Négyfejű combizom nyújtás

Egyik kezével támaszkodjon a falnak, hogy egyensúlyban legyen, nyúljon hátra, és a másik kezével fogja meg az egyik lábát. Hozza a sarkát a lehető legközelebb a fenekéhez. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismétlje meg 3-szor mindkét lábával. Nyújtások: Négyfejű combizom és csípőizmok.

5. Belső comb nyújtás

Üljön úgy, hogy a talpát egymás mellé helyezze, a térdei pedig kifelé nézzenek. Húzza a lábfejét az ágyéktájék felé, amennyire csak lehetséges. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismétlje meg 3-szor. Nyújtások: Négyfejű combizom és csípőizmok.



MEGJEGYZÉSEK

MEGJEGYZÉSEK

RÉSZLISTÁK

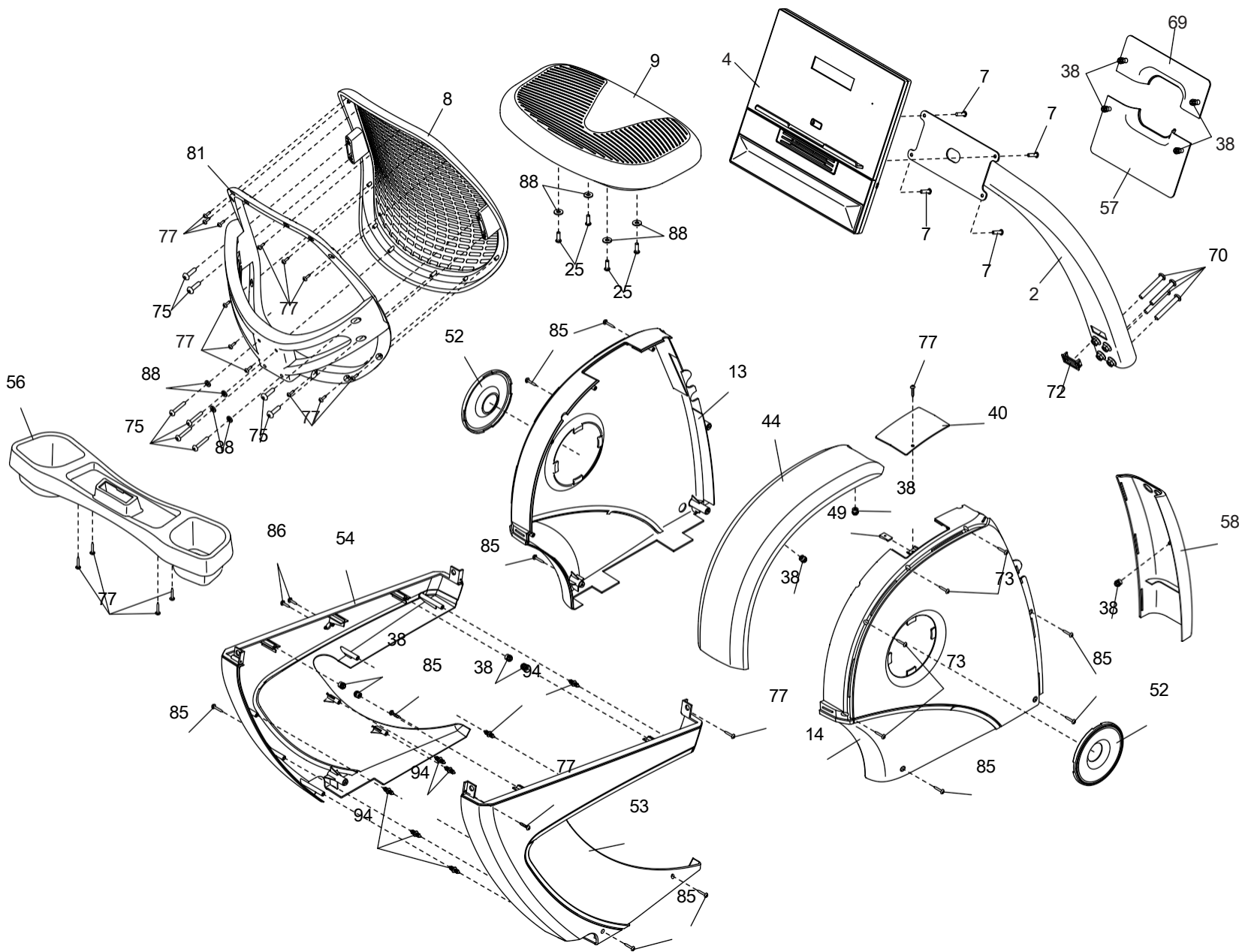
NTEX99025-INT.0 R0924A típusszám

NTEX99025-INT.0 R0924A

Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás	Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás
1	1	Keret	46	1	Reed kapcsoló/vezeték
2	1	Felegyenesedve	47	1	Hajtószíj
3	2	Láb	48	4	Stabilizátor sapka
4	1	Konzol	49	1	Klipsz anya
5	1	Vasút	50	2	Karima csavar
6	1	Állítási sáv	51	1	Tápegység adapter
7	4	M6 x 16mm csavar	52	2	Pajzs lemez
8	1	Háttámla	53	1	Jobb hátsó pajzs
9	1	Ülés	54	1	Bal hátsó pajzs
10	1	Üléskeret/huzal	55	8	Kocsicsapágó
11	1	Üléskeret sapka	56	1	Tartozéktálca
12	1	Fékblokk	57	1	Alsó konzol burkolat
13	1	Bal első pajzs	58	1	Elülső pajzs
14	1	Jobb első pajzs	59	8	Kocsipersely
15	1	Első stabilizátor	60	2	Sínrúd
16	1	Hátsó stabilizátor	61	1	M6 x 20mm vállcsavar
17	2	Kerék	62	4	Rúd sapka
18	1	Fék	63	2	Fék távtartó
19	2	Szintező láb	64	7	M6 x 14mm csavar
20	1	Tápcsatlakozó/vezeték	65	4	M10 x 122mm csavar
21	1	Jobb pedál/pánt	66	2	Kerékcsovar
22	1	Bal pedál/pánt	67	4	M8 x 18mm csavar
23	1	Jobb oldali forgattyúkar	68	1	M6 nagy alátét
24	1	Bal kurbli kar	69	1	Felső konzolfedél
25	4	M6 x 18mm csavar	70	4	M10 x 62mm csavar
26	1	Beállító rúd fogantyú	71	2	M6 x 15mm fényes csavar
27	1	Fogantyú konzol	72	1	Grommet
28	2	Nagy karikagyűrű	73	4	M4 x 25mm csavar
29	1	Csigakerék	74	8	M8 x 30mm-es csavar
30	2	Csigás mágnes	75	8	M6 x 30mm csavar
31	1	Kurbli	76	1	M8 x 25 mm-es hatlapú csavar
32	1	Fék tengely	77	19	M4 x 16mm csavar
33	2	Kurblicsapágó	78	4	M8 x 18mm csavar
34	1	Eddy mechanizmus	79	1	M4 x 16mm fényes csavar
35	2	Mechanizmus távtartó	80	4	Sín csavar
36	1	Elülső sínfedél	81	1	Háttámla keret
37	1	Ellenállás Motor	82	4	M4 x 12mm peremcsavar
38	15	Gomba rögzítő/csovar	83	1	M10 x 50 mm-es hatlapú csavar
39	1	Idler	84	1	M6 x 20 mm-es hatlapú csavar
40	1	Hozzáférsi fedél	85	16	M4 x 19mm Tek csavar
41	1	Ülőhely kocsi	86	2	#6 x 12mm csavar
42	1	Vezérlő vezeték/csatlakozó	87	2	M10 rögzítőanya
43	1	Főhuzal	88	8	M6 alátét
44	1	Top Pajzs	89	12	M8 lekváranya
45	1	Clamp	90	1	Hátsó sínfedél

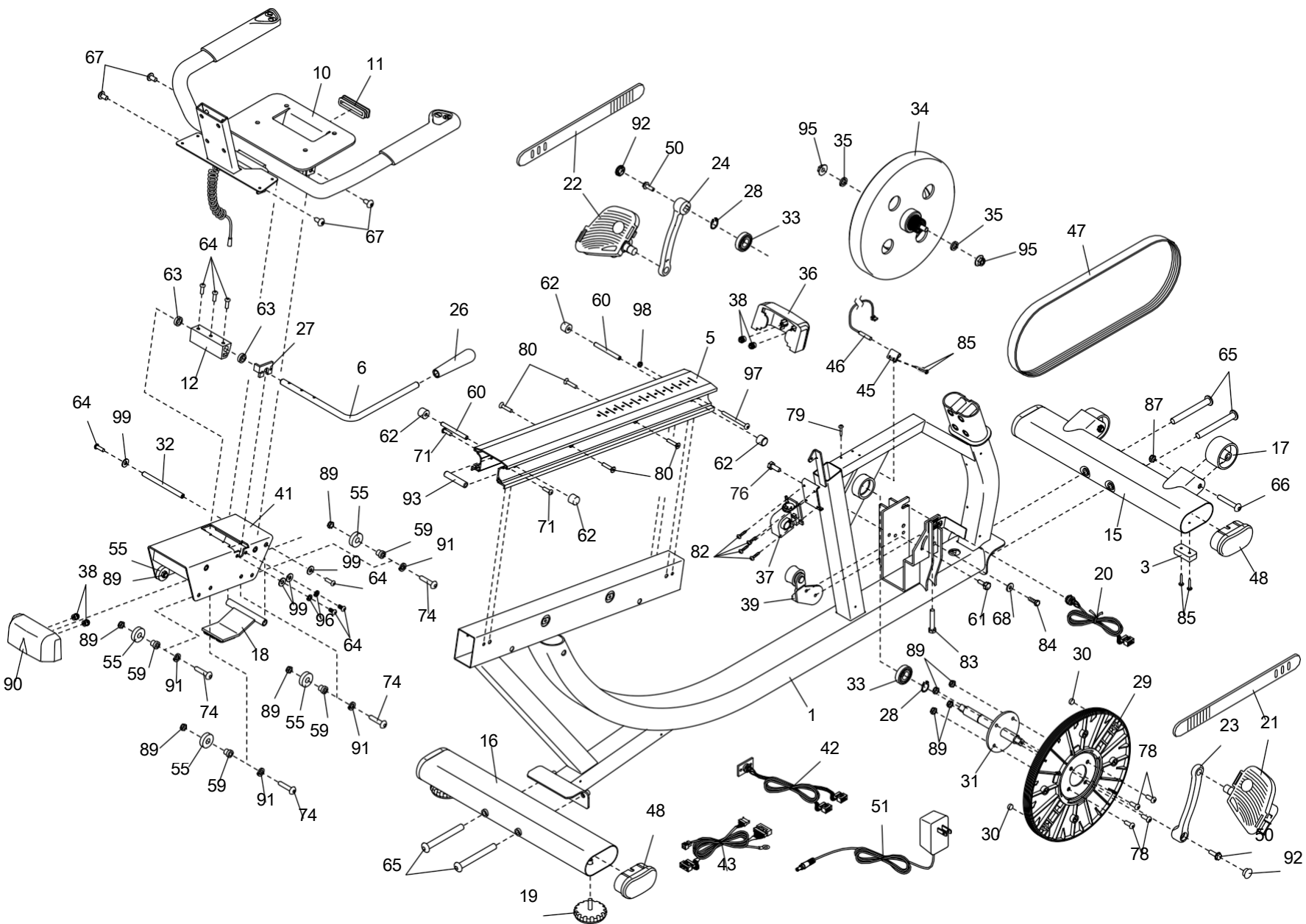
Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás	Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás
91	8	M8 osztott alátét	97	1	M6 x 65mm csavar
92	2	Kurbli sapka	98	1	M6 rögzítőanya
93	1	Hordó anya	99	4	M6 kis alátét
94	7	Fa rögzítő	*	-	Összeszerelő eszköz
95	2	M10 peremanya	*	-	Felhasználói kézikönyv
96	2	M6 osztott alátét			

Megjegyzés: A specifikációk előzetes értesítés nélkül változhatnak. A cserealkatrészek megrendelésével kapcsolatos információkért lásd a kézikönyv hátsó borítóját. *Ezek az alkatrészek nincsenek illusztrálva.



B ROBBANÁSI RAJZ

NTEX99025-INT.0 R0924A modellszám
NTEX99025-INT.0 R0924A



CSEREALKATRÉSZEK RENDELÉSE

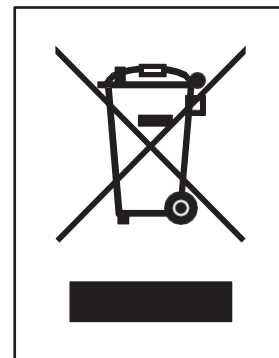
A cserealkatrészek megrendeléséhez lásd a kézikönyv elülső borítóját. Annak érdekében, hogy segíthessünk Önnek, a kapcsolattfelvétel során készítsen fel minket a következő információk megadására:

- a termék modell- és sorozatszám (lásd a kézikönyv elülső borítóját)
- a termék neve (lásd a kézikönyv elülső borítóját)
- a cserealkatrész(ek) kulcsszáma és leírása (lásd az alkatrészjegyzéket és a kézikönyv végén található KIJELÖLT VÁLLALATÁT)

ÚJRAHASZNOSÍTÁSSAL KAPCSOLATOS INFORMÁCIÓK

Ezt az elektronikai terméket nem szabad a kommunális hulladékba dobni. A környezet megóvása érdekében ezt a terméket a hasznos élettartama után a törvény által előírt módon újra kell hasznosítani.

Kérjük, használja azokat az újrahasznosító létesítményeket, amelyek az Ön területén jogosultak az ilyen típusú hulladékok gyűjtésére. Ezzel hozzájárul a természeti erőforrások megőrzéséhez és az európai környezetvédelmi normák javításához. Ha további információra van szüksége a biztonságos és helyes ártalmatlanítási módszerekről, kérjük, forduljon a helyi városi hivatalhoz vagy ahhoz a létesítményhez, ahol ezt a terméket vásárolta.



UK/EU MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT

Az NTEX99025-INT tartalmazza a BMD-ICN-1 Bluetooth modult.

Az iFIT Health & Fitness kijelenti, hogy a BMD-ICN-1 típusú rádióberendezés megfelel a 2014/53/EU irányelvnek és a 2017. évi rádióberendezésekről szóló rendeletnek.

iFIT Health & Fitness, 1500 S 1000 W, Logan, UT 84320, USA

Ezt a megfelelőségi nyilatkozatot a gyártó kizárólagos felelőssége mellett adjuk ki.

A nyilatkozat tárgya: FCCID OMCBMD1 - Műsorszórási frekvencia: 2,402 GHz-2,480 GHz:

+4dBm

Tanúsítás: 3.1a. cikk - Biztonság EN 62479:2010, EN 62368-1:2014/AC:2015, 3.1b. cikk - EMC EN 301 489-17 V3.2.4, 3.2. cikk - Rádiós paraméterek EN 300 328 V2.2.2.

Egyesült Királyság képviselője: ICON Health & Fitness Ltd, Unit 1D The Gateway, Fryers Way, Silkwood Park, Ossett, WF5 9TJ, Egyesült Királyság.

EU képviselő: iFIT Health & Fitness SAS Business Park, 5 rue Alfred de Vigny 78112

Fourqueux, Franciaország

